ISSN 1806-2008

www.cadernos de yoga.com.br

Concha. Pintura com tintas naturais em papel reciclado, feito por um indiano advasi.
Comprado em Nova Delhi, 2005.

Expediente

Conselho Editorial
Anderson Allegro (São Paulo)
Camila Reitz (Florianópolis)
Cristiano Bezerra (Fortaleza)
David Frawley (EUA)
Georg Feuerstein (EUA)
Gloria Arieira (Rio de Janeiro)
Joseph Le Page (Garopaba)
Lilian Le Page (Garopaba)
Pedro Kupfer (Florianópolis)
Prof. Hermógenes (Rio de Janeiro)
Renata Sumar (Belo Horizonte)
Subhash Kak (Índia/EUA)
Trisha Lamb Feuerstein (EUA)

Edição
Rodrigo Gomes Ferreira

Revisão
Cidnei Raul Soares
Noêmia Guimarães Soares
Rosângela Santos de Souza
Ticiana Menezes

Projeto Gráfico e Diagramação
engenhoD Design [www.engenhod.com.br]

Impressão
Coan - Tubarão/SC

Tiragem da 7ª edição
1.700 exemplares

Ilustração da capa:
Imagem de Shrī Naathjī em Nathadwara, 12 milhas ao norte de Udaipur (Índia).
Fonte: MOOKERJEE, Ajit. Ritual Art of India. New Delhi: Timeless Books, 1998, ilustração 69.

cadernos de *yoga*

Cadernos de Yoga é uma publicação trimestral e técnica da Editora Comunidade do Saber e aborda exclusivamente temas relacionados ao Yoga.

Os artigos são de responsabilidade de quem os assina e não refletem necessariamente a opinião da editora.

Citações de trechos desta publicação podem ser usadas, desde que mencionada a fonte e que tenham a autorização dos autores.

Anuncie seu produto ou serviço para a comunidade yogue! Entre em contato para receber mais informações sobre os anúncios.

Participe da relação de escolas no Brasil **Onde Praticar** e ganhe facilidades exclusivas nas compras das publicações da Editora Comunidade do Saber: livros e os Cadernos de Yoga

Leve o estudo do Yoga aos seus alunos. Preços especiais para **revendedores** e compras em atacado.

Editora Comunidade do Saber
CNPJ 07.201.762/0001-03
Caixa Postal 5184 - 88040-970
Florianópolis - SC
Fone: (48) 3025-5481
contato@cadernosdeyoga.com.br
www.cadernosdeyoga.com.br

Distribuição:
Nacional e dirigida às escolas e professores de Yoga. Na internet em www.devi.com.br

cadernos de yoga
ISSN 1806-2008

Sumário

Artigos

7 **Qual é a idade real do Haṭha Yoga?**
Pedro Kupfer

14 **A filosofia no *āsana*: mito e símbolo**
por Sandra Cury

26 **Reverência aos ancestrais**
Sri Swamini Mayatitananda

35 **O processo de criação do universo na visão do Śivaísmo da Caxemira**
Rafael José Kraisch

50 **Conhecimento e astronomia vêdicos**
Subhash Kak

59 **Os paradoxos e a estética do Absoluto na filosofia Indiana**
Loka Sākṣī Dāsa

70 ***Śrī Dakṣiṇāmūrti Stotram***
Gloria Arieira

80 **Declinações do idioma sânscrito**
Annabella Magalhães

Seções

85 **Tradição vêdica**

Resenhas

90 O caminho da prática

94 Uma visão profunda do Yoga

100 **Pequeno guia de sânscrito**

102 **Onde Praticar**

108 **Quadrinhos da Rata Yoga**

Editorial

O Haṭha Yoga está na moda, certo? Talvez pudéssemos dizer que a popularidade está em *certas* práticas do Haṭha Yoga. Nesta edição dos *Cadernos de Yoga*, trouxemos dois artigos para ajudá-lo a refletir sobre a profundidade desta prática. Pedro Kupfer começa pelo começo, trazendo ao debate a idade real desta prática. Sandra Cury também trabalha neste resgate da profundidade do Haṭha Yoga, escrevendo sobre os "tão midiáticos" *āsanas* e sua relação com o contexto cultural e filosófico do Yoga.

Trazer até você estes "detalhes" contextuais do Yoga é um dos nossos grandes objetivos com os *Cadernos de Yoga*. Há também outros dois artigos que também visam contextualizar o Yoga, com informações sobre o hinduísmo. Um deles é sobre o ritual de reverência aos antepassados, da tradição vêdica, escrito por Sri Swamini Mayatitananda e que nos explica como interagir e vivenciar uma interação com eles através de um ritual simples. Com esta exposição, percebemos uma abordagem da realidade que leva em conta a manifestação de consciências que já não tem mais um corpo físico, mas que ainda estão por aí. O segundo artigo ligado ao contexto indireto do Yoga é o de Subhash Kak, sobre a relação entre a astronomia e a estrutura dos livros vêdicos. Os resultados de sua pesquisa não tratam somente de uma curiosidade sobre a distribuição do texto nos Vedas, mas demonstra a maneira vêdica de ver o mundo físico, sempre passível de ser arranjado de forma a estar em harmonia com o macrocosmo.

A tradição indiana é rica, não só em profundidade, com complexos arranjos de idéias, mas também em diversidade. Assim, continuamos o nosso trabalho em apresentar diferentes horizontes para você conhecer as possibilidades da sua prática. Demos seqüência na apresentação do Śivaísmo da Caxemira, por Rafael Kraisch. Nesta edição o autor explica o processo de criação do universo segundo esta tradição, que nasceu de uma crítica a outras mais conhecidas.

Há muitos detalhes metafísicos que divergem entre diferentes escolas e ainda são um grande debate. Loka Sākṣi Dāsa, no artigo seguinte, apresenta uma visão *vaiṣṇava*, contextualizando-a com as propostas de filósofos europeus e contra-argumentando com o ponto de vista de Śaṅkara, do Advaita Vedānta.

E por que não dar voz ao próprio Śaṅkara? Foi o que fizemos com a tradução (Gloria Arieira) do seu texto *Śrī Dakṣiṇāmūrti Stotram*, não é um texto fácil, apesar de curto, e sugerimos uma leitura atenta às entrelinhas. E antes que você esqueça disto e faça críticas feministas, um aviso: na leitura do texto, não entenda "mulher" como as pessoas do sexo feminino, mas as pessoas que possuem um estilo de mente que se perde procurando *sentir* o que deve ser *entendido* logicamente. São detalhes que pedem um conhecimento minucioso do texto original.

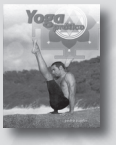
E para continuar nossa contribuição com intuito de "entrar" cada vez mais nos textos originais em sânscrito, temos mais um artigo sobre este idioma. Desta vez, Annabella explica as oito declinações nominais, com um artigo simples, objetivo e cheio de exemplos.

Excepcionalmente nesta edição não temos a seção de tradução e comentários do *Yoga Sūtra*. Contudo, inauguramos uma nova seção, que trata sobre a tradição vêdica. Serão vários artigos, traduzidos de um livro didático escrito por Sri Dhira Chaitanya e Swamini Paramanada Saraswati para indianos aprenderem e ensinarem essa tradição. A boa notícia é que também serve perfeitamente para não-indianos.

Rodrigo Gomes Ferreira
rodrigo@cadernosdeyoga.com.br

O estudo faz parte da prática.
O estudo pode estar em suas mãos.

Yoga Prático (Pedro Kupfer)



Um verdadeiro manual de Haṭha e Aṣṭāṅga Yoga. Apresenta o conceito, a história e a ética do Yoga. São várias dicas práticas acompanhadas de ricas ilustrações sobre āsanas, kriyā, mudrā, prāṇāyāma, mantra e yoganidrā. Inclui roteiros para meditação e bibliografia.

Visões do Yoga
(Organização de Pedro Kupfer)

Uma compacta antologia das escrituras de Yoga. São 185 frases com conselhos práticos sobre meditação, insights sobre o homem e o mundo retirados de textos clássicos da Tradição do Yoga. Inclui glossário de termos sânscritos.

História do Yoga (Pedro Kupfer)

Esta é uma obra para se entender o contexto histórico em que surgiram as diferentes modalidades do Yoga. O livro contém revelações surpreendentes sobre história, lingüística e arqueologia. Inclui cronologia histórica atualizada, bibliografia e glossário de termos vêdicos.

Dicionário de Yoga (Pedro Kupfer)

Um ótimo livro de consulta sobre a miríade de conceitos presentes do dia-a-dia do estudante de Yoga. Centenas de palavras usadas na mitologia hindu e nos textos clássicos do Yoga. Inclui bibliografia e uma breve introdução ao sânscrito.

Guia de meditação (Pedro Kupfer)

Este livro é um convite a qualidade de vida com inteligência. Apresenta de forma clara 40 técnicas que incluem a concentração sobre símbolos, mantras e outras formas de atingir o estado de expansão da consciência. Inclui bibliografia.

Mudrá: gestos de poder (Pedro Kupfer)

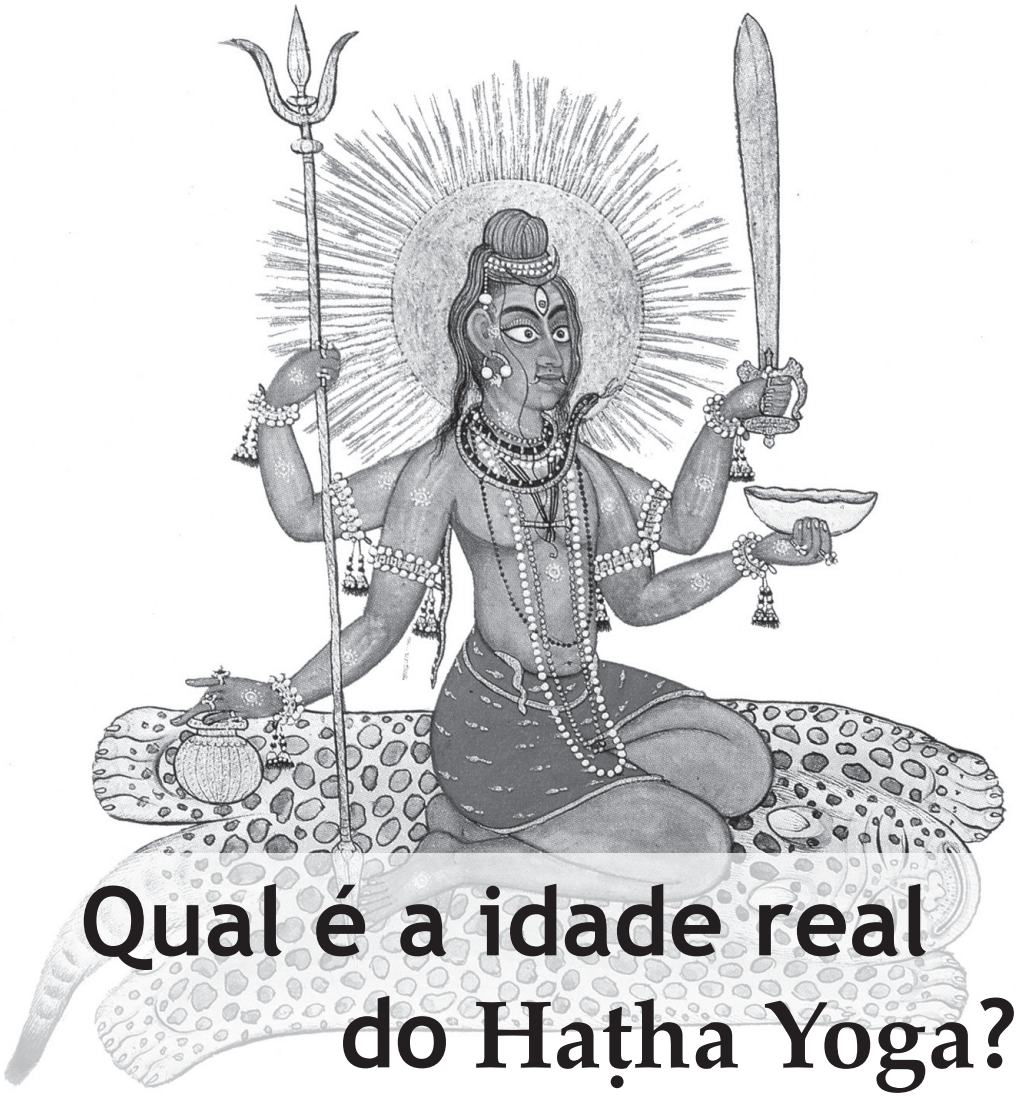
Uma ótima escolha para se aprofundar no estudo dos gestos do Yoga, da dança indiana, dos rituais hindus e do Tantra, que expandem as percepções, disciplinam a mente e aprofundam os estados de meditação. Inclui bibliografia e glossário de gestos.

Haṭha Yoga Pradīpikā
(Svātmārāma Yogendra, tradução de Pedro Kupfer)

Este é o guia clássico para a prática avançada de Haṭha Yoga, o mais detalhado manual sobre esta ciência que chegou até nós. Todos os versos estão numerados, há muitas notas explicativas e várias ilustrações dos āsanas mencionados. Inclui extenso glossário de termos sânscrito.

Procure na escola de Yoga mais próxima de você ou na loja www.devi.com.br

Para compras em atacado:
Editora Comunidade do Saber
contato@comunidadedosaber.com.br
(48) 3025-5481
www.comunidadedosaber.com.br



Qual é a idade real do Haṭha Yoga?

por Pedro Kupfer

Esta é, ao mesmo tempo, uma declaração de amor pelo Haṭha Yoga e uma defesa dos aspectos mais esquecidos dessa antiga prática.

Kala rudra. Miniatura Pahari, Basohli, século XVII.
Fonte: MICHAUD, Roland e Sabrina. Mirror of India. London: Thames and Hudson, 1990, ilustração 113.

1) O problema de datar o Yoga

Estamos acostumados a ouvir e aceitar sem maiores questionamentos que o Haṭha Yoga, de origem tântrica, é bem mais recente e está completamente separado dos sistemas anteriores a ele, como o Rāja Yoga de Patañjali, o Jñāna Yoga, o Karma Yoga, o Mantra Yoga etc.

Talvez esteja na hora de revisarmos mais profundamente essas conjecturas. O fato é que o Haṭha desde sempre pertenceu à tradição vêdica, esteve vinculado a ela, e evoluiu com ela. Para compreendermos as profundas implicações desta afirmação, seria necessário reescrevermos a história do Haṭha Yoga ou, pelo menos, parte dela.

Existe um consenso em torno da idéia de que o Haṭha se desenvolveu no período pós-clássico da história indiana, entre os séculos IX e X desta era, sendo, portanto, posterior ao Yoga clássico codificado pelo sábio Patañjali nos *Aforismos do Yoga*. Assim, o Haṭha estaria vinculado ao aparecimento da linhagem dos 64 *siddhas* ("seres perfeitos"), que inicia com Matsyendranaṭha e Gorakṣanaṭha.

No entanto, as mesmas dificuldades que enfrentamos ao estudar a história antiga da Índia surgem quando tentamos compreender o processo de formação do Haṭha: os yoguis da antigüidade, assim como os outros sábios indianos da época, não estavam preocupados com cronologias e medições do tempo.

Isso torna frustrante qualquer tentativa de estabelecer a idade real do conhecimento, já que as figuras históricas de que se tem notícia aparecem sempre transfiguradas pelo mito e a datação das obras literárias é totalmente vaga. Isso é especialmente verdadeiro em relação àquele conhecimento vinculado com a busca da auto-realização.

Só para ficarmos com um exemplo, a grande tarefa dos geógrafos indianos da época consistia não em medir ou descrever as características físicas ou demográficas daquela região ou daquela civilização, mas em elaborar um sistema que explicasse que a estrutura física da Terra

espelhava a harmonia maior do macrocosmo. Desta forma, a Terra era vista como uma ilha, Jambudvīpa, "a ilha da macieira", organizada na forma de um mandala em torno do eixo do mundo, o monte Meru, morada do deus Śiva. Uma tartaruga gigante, flutuando sobre o oceano das águas causais, sustentava quatro enormes elefantes nos quais se apoiava a Terra, que tinha forma hemisférica.

O fato é que o Haṭha desde sempre pertenceu à tradição vêdica, esteve vinculado a ela, e evoluiu com ela.

Voltando à idade real do Haṭha, existem estudiosos e praticantes que preferem ver esta disciplina como parte de uma tradição cujas raízes estão ligadas com as primeiras Upaniṣads, antigos textos do segundo milênio a.C. Nos aprofundaremos sobre a conexão entre o Haṭha e as Upaniṣads na segunda metade deste texto.

2) Uma evidência (pouco conhecida) que mostra que os *āsanas* são mais velhos do que se imagina

No ano 2000, tive o privilégio de acompanhar a Sri K. Pattabhi Jois numa visita ao mosteiro de Śrīṅgeri Maṭh, nas montanhas do interior do estado de Kerala, sul da Índia. Esse é um lugar muito sagrado para todo hindu praticante, por ser até hoje a sede onde moram e trabalham os continuadores do trabalho de Ādi Śaṅkarācharya, o grande iluminado, filósofo, poeta, profeta e reformador do hinduísmo. Chegando lá, descobri, para meu encanto, que as paredes de pedra do templo maior estavam totalmente cobertas de pequenas, belíssimas e detalhadas esculturas de yoguis praticando *āsana*.

Esse foi o único momento em minhas viagens em que realmente lamentei não carregar uma câmera fotográfica. A acuidade da observação dos escultores era impressionante: para meu olho bem treinado de *āsanista*, aquilo era um verdadeiro presente. Apareciam nos painéis, que se estendiam, camadas sobre camadas, na parede oeste do templo, todas as posturas clássicas do Haṭha, desde as mais conhecidas até algumas

tão complexas que, apesar da clareza da escultura, ficava realmente difícil entender o que o yogui estava fazendo.

Esse templo foi construído por Ādi Śaṅkarācharya, ou seja, que data, na estimativa mais prudente, do século VIII d.C. Isso nos mostra que ele e, conseqüentemente, a prática de *āsana* do Haṭha, são bem mais antigos que os textos atribuídos a Matsyendra, Gorakṣa e aos demais yoguis que preservaram essa tradição no norte da Índia (a partir dos séculos IX e X d.C. e até o aparecimento dos textos clássicos que foram preservados, como a *Haṭha Yoga Pradīpikā* e a *Gheraṇḍa Saṁhitā*).

Acredito que, para chegar ao grau de sofisticação técnica registrado nessas esculturas, e para que essa prática de *āsana* tenha sido usada como elemento ao mesmo tempo decorativo e instrutivo nos painéis de pedra do templo, ela devia ser muito mais antiga que a própria construção. Os *sthapatis* (arquitetos escultores) nunca iriam escolher tais esculturas se elas não fizessem parte do cotidiano do povo ou, pelo menos, dos sábios que freqüentavam o templo.

3) *Śvetaśvatara Upaniṣad*: as raízes antigas do Haṭha Yoga

Se, por outro lado, continuarmos nossa procura pelo Haṭha Yoga nas Upaniṣads, iremos nos encontrar com algo muito parecido com ele na *Śvetaśvatara*, a "Upaniṣad do Cavalo Branco" (*śveta* = branco, *aṣva* = cavalo), uma das mais importantes e antigas. Vejamos alguns poucos trechos deste *śāstra*:

> "Mantendo o corpo firme, como as três partes eretas [tronco, pescoço e cabeça], o sábio dirige os sentidos e a mente ao interior do coração. Brahman é o barco em que ele atravessa o rio do medo." (II:8).

> "Controlando sua força vital (*prāṇa*), com seus movimentos controlados, o sábio inspira pelas narinas, com a respiração restringida. Livre de distrações, que ele controle sua mente, como o condutor controla os cavalos rebeldes." (II:9).

> "Não conhece doença, velhice nem sofrimento aquele que forja seu corpo no fogo do Yoga. Atividade, saúde, libertação dos condicionamentos, circunspeção, eloqüência, cheiro agradável e pouca secreção são os sinais pelos quais o Yoga manifesta seu poder." (II:12-13).

O primeiro parágrafo faz clara alusão à importância do alinhamento postural durante a prática de Yoga. Uma das maneiras mais eficientes de se manter a conexão com o coração, mencionada no texto, é justamente cultivando-se uma postura ereta e relaxada. A segunda citação deixa clara a conexão entre pensamento e respiração, outro dos temas fundamentais do Haṭha. Essa conexão aparece de forma clara na *Haṭha Yoga Pradīpikā* (II:2): "Enquanto a respiração (*prāṇa*) for irregular, a mente permanecerá instável; quando a respiração se acalmar, a mente permanecerá imóvel e o yogui conseguirá a estabilidade. Por conseguinte, deve-se controlar a respiração [praticando-se o *prāṇāyāma*]". Em outro trecho (IV:21), a mesma obra afirma: "Aquele que detém o alento, detém também o pensamento. Aquele que domina o pensamento, domina igualmente o alento."

A idéia de "forjar" o corpo no fogo do Yoga, presente no terceiro trecho aqui citado, é central à prática do Haṭha, que busca a transubstanciação do corpo mortal em um corpo divino, com a dureza do diamante (*vajra deha*). Essa idéia está presente na *Gheraṇḍa Saṁhitā* (I:24): "Assim como um jarro de argila crua, jogado neste mundo, o corpo decai rapidamente. É preciso endurecê-lo, forneando-o no fogo do Poder, para fortalecê-lo e purificá-lo".

A "vitória" sobre o sofrimento, a velhice e a morte também é um tema recorrente na literatura do Haṭha.

A "vitória" sobre o sofrimento, a velhice e a morte também é um tema recorrente na literatura do Haṭha. A lista dos benefícios advindos da prática que aparece na *Śvetaśvatara Upaniṣad* é similar em tom e conteúdo a muitas outras que aparecem nas obras posteriores:

"Quando se aperfeiçoa o Haṭha Yoga, aparecem os seguintes sinais: agilidade física, brilho no rosto, manifestação da vibração sutil interior (*nāḍa*), olhar penetrante e claro, saúde, controle do fluido seminal (*bindu*), aumento do fogo digestivo e total purificação das *nāḍīs*" (*Haṭha Yoga Pradīpikā*, II:78). Em outro trecho (III:30), esta mesma obra diz que certas práticas do Yoga "protegem contra a morte e a velhice, aumentam o fogo gástrico e proporcionam poderes paranormais (*siddhis*)."

4) *Maitrī Upaniṣad*: decodificando o genoma do Yoga

Nossa próxima parada nesta jornada é a *Maitrī Upaniṣad*, também pertencente ao primeiro e mais antigo grupo destes textos (existem Upaniṣads bem mais recentes). *Maitrī* é o nome de um *ṛṣi*, um sábio-yogui-poeta que iniciou a linhagem chamada Maitrāyaṇīya. A *Maitrī Upaniṣad* preconiza a prática de um sistema completo de Yoga chamado *Ṣaḍāṅga*, ou "seis partes", cujas técnicas são:

1) prāṇāyāma,

2) pratyāhāra,

3) dhyāna,

4) dhāraṇā,

5) tarkā ("questionamento contemplativo") e

6) samādhi.

Esta maneira de expor o sistema e as próprias práticas aqui descritas evidenciam que a *Maitrī* é uma espécie de antecipação de todo o Yoga posterior, desde o sistema óctuplo de Patañjali (Aṣṭāṅga Yoga ou Yoga em "oito partes") ao *Sapta Sādhana* ("sete práticas") da *Gheraṇḍa Saṁhitā*. Essa organização das diferentes práticas do Yoga em etapas ou membros é comum a quase todos os sistemas técnicos e continua sendo usada até hoje, como uma tentativa de sistematizar a miríade de técnicas que o Yoga desenvolveu desde sua origem, para facilitar o caminho dos praticantes.

Igualmente, a *Maitrī Upaniṣad* contém descrições muito claras de algo bem parecido com o Haṭha Yoga posterior. Vejamos: este texto fala sobre a íntima conexão que existe entre o fluxo da energia vital (*prāṇa*) e a instabilidade da mente, um tema que foi abordado também na *Śvetaśvatara Upaniṣad* e que será retomado milênios mais tarde na *Haṭha Yoga Pradīpikā*, como já vimos anteriormente.

Da mesma maneira, a *Maitrī* preconiza a prática de *prāṇāyāma* como o meio mais importante para se alcançar a estabilidade da mente. O texto chega a mencionar a prática que seria conhecida posteriormente como *khecharī mudrā*, que consiste em recolher e elevar a língua, pressionando-a no palato mole, como forma de evitar que o *bindu*, néctar lunar, se disperse a partir do *soma chakra*. Esta é uma das principais práticas dos Yogas tântricos, como Haṭha, Kuṇḍalinī e Lāyā.

Acreditamos que a ausência do *āsana* como uma técnica separada no sistema ensinado na *Maitrī Upaniṣad* não significa que o trabalho na postura fosse irrelevante, mas que ele se considerava óbvio.

Outro dos sistemas visíveis nesta obra é o Nāḍa Yoga, que será retomado tanto na *Haṭha Yoga Pradīpikā* como na *Gheraṇḍa Saṁhitā*. É aqui que aparece pela primeira vez a expressão *Śābda Brahman* ("corpo sonoro do Absoluto") para designar o mantra sagrado *Oṁ*.

Podemos concluir então que a análise cuidadosa de textos como estes nos podem revelar muito mais do que imaginamos, não apenas sobre a idade real do Haṭha, mas também sobre os profundos *insights* psico-espirituais que esta prática teve desde o início, e que nós não devemos esquecer.

Pedro Kupfer mora em Florianópolis (SC)
e ministra cursos por todo o Brasil.

yoga@yoga.pro.br

A filosofia no *āsana*: mito e símbolo

por Sandra Cury

"Uma coisa que se revela através dos mitos é que, no fundo do abismo, desponta a salvação. O momento crucial é aquele em que a mensagem de transformação está prestes a surgir. No momento mais sombrio, surge a luz..." (Campbell[1])

Gauri, a deusa trajada como noiva. Imagem de um templo.
Fonte: PATTANAIK, Devdutt. Devi: the mother goddess. Mumbai: Vakils, Feffer and Simons Ltd, 2000, p.89.

O desenvolvimento deste tema destaca a importância do encontro com os mitos, lendas e símbolos que nasceram da necessidade de resgatar nossa identidade mítica perdida. Podemos considerar os mitos como fonte e matriz da realidade, como fio condutor que nos guia nas diversas etapas da vida, individual e coletivamente. O fato do mito estar atrelado à dualidade ou a pares de opostos que revestem a existência humana, como o bem e o mal, o bonito e o feio, escuridão e luz etc., não esconde o preconceito comum de identificá-lo com as lendas ou fábulas, como uma forma menor de explicação do mundo. No entanto, a noção do mito é complexa e mais rica do que essa posição redutora. Mesmo porque o mito não é exclusividade de povos primitivos, nem de civilizações nascentes, mas de todos os tempos e culturas como componente indissociável da maneira humana de compreender a realidade, ou os chamados tempos históricos e fabulosos.

Dizia Platão que, quando uma verdade é difícil de compreender ou de aceitar, para o homem, os sábios a apresentam em forma de mito. O mito aparece com uma verdade encoberta, sob a roupagem simples do conto, como um rei vestido de mendigo. O mito é a verdade subjacente, escondida; pode vir à luz quando é desnudado pelo olhar profundo do filósofo. Cada mito possui um ou mais símbolos que significam a junção de duas coisas.

Podemos considerar os mitos como fonte e matriz da realidade, como fio condutor que nos guia nas diversas etapas da vida, individual e coletivamente.

Para Mircea Eliade, filósofo romeno e estudioso do mito e das religiões, uma das funções do mito é fixar os modelos exemplares de todos os ritos e de todas as atividades humanas significativas. Dessa forma, o homem imita os gestos exemplares dos deuses, repetindo nos ritos as ações deles. Os ritualistas hindus, por exemplo, justificam: "Devemos fazer o que os deuses fizeram no princípio"; "Assim fizeram os deuses, assim fazem os homens".

Heinrich Zimmer[2] escreve:

> O objetivo da doutrina da filosofia hindu e da prática yogue, é transcender os limites da consciência individual. O propósito das histórias míticas é transmitir a sabedoria dos filósofos, expondo de forma popular e pictórica as experiências ou resultados da ioga. Apelando de modo direto para a intuição e a imaginação, são acessíveis a todos, enquanto interpretação da existência. Não se encontra nenhum comentário explícito sobre o significado da ação mitológica. O conto, sem rebuços, atinge o ouvinte por seu apelo à intuição, à imaginação criativa, agitando e alimentando o inconsciente. Através de uma eloquência, fruto mais dos incidentes que das palavras, a mitologia hindu cumpre sua função como veículo popular da sabedoria esotérica constituída pela experiência iogue e pela religião ortodoxa. (...) os Símbolos e Mitos da Índia resistem à intelectualização e à redução a significados fixos. (...)
>
> Tal tratamento apenas lhes tornaria estéril a magia. Porque são mais arcaicos que aqueles que conhecemos através da literatura grega; os deuses e mitos de Homero, ou os heróis das tragédias atenienses de Ésquilo, Sófocles e Eurípedes. Dos mitos da Índia extraímos a coletiva sabedoria intuitiva de uma civilização atemporal, anônima e múltipla.

Para uma melhor compreensão da conceituação filosófica de Zimmer[2], o yogui e escritor Bede Griffiths[3], enfoca:

> O hinduísmo ainda vive neste mundo de mito. Os deuses hindus são todos figuras mitológicas, símbolos do Mistério divino, infinitamente sugestivos, mas deixando a razão perplexa. Não há divisão entre fato e fantasia, entre o humano e o divino, bem e mal. Kṛṣna, por exemplo, parece ter alguma base na história, e é representado como descendo à terra para restaurar a justiça (dharma). Mas a história se perde na lenda, o humano se absorve no divino. Dentro da visão de muitos, é símbolo do mais puro amor, mas que se expressa em termos de sexualidade explícita, dentro do ponto de vista humano.

O mesmo acontece com o deus Śiva. É o deus do amor, da beleza e graças infinitas, o pai salvador, o amigo. No entanto, seu símbolo é o *lingaṁ* (órgão masculino), e, como Kṛṣna, tem muitas esposas. Como é que se explica isto? Só pode ser que estas figuras surgem do fundo indiferenciado do inconsciente. Pertencem a um mundo de inocência primitiva, antes do pleno desenvolvimento da razão e consciência. Através dos tempos, foram purificadas pelo pensamento filosófico profundo e se converteram em símbolos da mais pura experiência mística, mas nunca perderam sua ligação com o inconsciente, com o mundo dos mitos, e nunca foram "desmitologizados" (para usar a expressão de Bultmann).

Nas palavras de Joseph Campbell[1], "as imagens do mito são o reflexo das potencialidades espirituais de cada um de nós. Ao contemplá-las, evocamos os seus poderes em nossas próprias vidas".

Mormente para as culturas primárias, destaca-se o aspecto mítico de que o Yoga poderia se revestir. Uma doutrina que traz em si os próprios métodos e conceitos de morrer e renascer, de manter prolongada a juventude e de propiciar poderes a quem a pratica, está sujeita às mais tendenciosas interpretações e cumpre grandemente o papel de satisfazer a tantos quantos ainda precisam de um mito para sustentáculos de sua existência. A resposta metafísica que se obtém pelo Yoga, desde a filosofia Saṁkhya, onde teve o seu nascedouro, até as tentativas de acoplamento de tantas correntes filosóficas que existiram após aquela, tocam profundamente o homem em seus sentimentos que o levaram ao reconhecimento da mística que o reconhece como identidade una com o divino.

"as imagens do mito são o reflexo das potencialidades espirituais de cada um de nós. Ao contemplá-las, evocamos os seus poderes em nossas próprias vidas"

A sua nomenclatura, se traduzida literalmente, vai nos levar à mesma idéia do vocábulo latino que gerou religiões. Yoga vem de "y*uj*", que quer dizer união, pôr abaixo o jugo, reconstituir, religar, "religa-re", do

latim, religar-se à religião. Os termos, ambos, dão margem às tendências acima acusadas. A do mito, no sentido de renascer, voltar às origens, ao útero. E a da mística no sentido de envolvimento que a união pode significar, fusão e dependência, atrelamento irrevogável.

O que é exatamente o Yoga? Há muitos ramos do Yoga. Alguns dizem respeito ao corpo, outros à mente, alguns têm poderes ocultos e alguns dizem respeito à percepção de si mesmo ou à iluminação.

Originariamente, os antigos videntes (*ṛṣis*) eram mestres em todas as ciências conhecidas; medicina Āyurveda, posturas de Yoga, meditação, matemática, astrologia, geologia, arte, dança, mantras, guerra e religião. Essas eram as chamadas ciências vêdicas.

O que é exatamente o Yoga? Há muitos ramos do Yoga. Alguns dizem respeito ao corpo, outros à mente, alguns têm poderes ocultos e alguns dizem respeito à percepção de si mesmo ou à iluminação.

Embora seja possível praticar o Haṭha Yoga sem estar ciente do divino, isso não é Yoga em seu sentido mais puro, mas simplesmente um programa de exercícios indiano para conservar a saúde física. Se, entretanto, praticarmos o Haṭha Yoga conscientes de que a mente, o *prāṇa* e o corpo se originam de uma mesma fonte, isso é Yoga em seu significado mais puro. Yoga é a tradição de sábios e textos antigos que faz a pessoa transcender o corpo e o que está além do que é manifesto, quanto do que é imanifesto. "Eu saúdo o Ser Supremo. Foi o Eu que primeiro me ensinou o conhecimento brilhante do Hatha-Yoga. O Hatha-Yoga é como uma escada: aquele que desejar pode subir até o estado mais elevado de 'Raja-Yoga'"[4].

O nome Haṭha indica a doutrina tântrica sobre a qual o Haṭha Yoga foi construído. No tantrismo, "*ha*" simboliza a energia positiva, o sol, e "*ṭha*" a negativa, a lua. Com isso Haṭha é a expressão do equilíbrio entre as correntes positiva e negativa no ser humano. A unidade de sol e lua corresponde à fusão de Śiva e Śakti. Esta simbologia dos contrários é o tema favorito dos tântricos, que têm por objetivo a união polarida-

de, para com isso retornar à unidade original. Daí, a importância do corpo humano ser tão acentuada no tantrismo, porque a iluminação nunca pode vir de fora. O corpo é um templo sagrado e fonte da mais profunda verdade, uma possibilidade de se pesquisar e experimentar a si mesmo, reconhecendo nele o arquétipo, a referência do inconsciente, onde jaz o poder do mito e sua rica e vasta simbologia.

Desta forma, nas culturas de Harappa e Mohenjo-Daro[5], encontram-se posturas corporais em representações iconográficas que são mencionadas no Haṭha-Yoga. Śiva é representado com três faces sentado num trono baixo, com as pernas cruzadas em postura de Yoga. Os Vedas, as Upaniṣads, os Purāṇa, o *Mahābhārata* e a *Bhagavad Gītā* descrevem as posturas corporais representadas no Haṭha Yoga sem no entanto mencionar a palavra Haṭha. O conceito Haṭha Yoga está ligado ao nome de um asceta: Gorakṣnātha (ou Gorakṣa), o fundador da ordem *kanpahata-yogi*. Gorakṣnātha teria mantido uma estreita relação com o budismo tântrico e o hinduísmo. Não se conhece quase nada sobre a personalidade histórica desse homem, exceto que ele teria vivido entre os séculos IX e XII depois de Cristo. Ele realizou uma síntese entre os elementos do budismo tântrico e aqueles do tantrismo *śaiva*, da magia, da alquimia e do Yoga. A literatura dos yoguis *kanpahata* contém um número de textos de Haṭha Yoga tais como *Haṭha Yoga Pradīpikā*, *Gheraṇḍa Saṁhitā* e *Śiva Saṁhitā*. Esses textos também tratam das louvadas práticas sexuais tântrica, mas a magia e o Yoga como meios para se alcançar a liberdade e a "imortalidade" desempenham um papel maior. Os *nāthayogin* (discípulos de Gorakṣnātha) são considerados magos e curandeiros, e têm fama de possuir poderes sobrenaturais. Para eles, Śiva é a suprema divindade e o fundador do Yoga.

Segundo a tradição, o guru de Gorakṣnātha teria sido Matsyendranāth, que teria recebido a revelação diretamente de Śiva. O mito fala de uma conversa iniciatória entre Śiva e sua mulher Pārvati, a irmã de Gaṅgā (Ganges) e filha do Himalaia. Um dia, na praia, Śiva ensinou a disciplina do Yoga à sua esposa. No entretempo, Pārvati adormeceu, mas

Matsyendranāth ouvira tudo, pois tinha se escondido na água sob a forma de peixe. Ainda sobre Matsyendranāth, no *Haṭha Yoga Pradīpikā*, este personagem mítico é mencionado como um dos fundadores do Haṭha Vidyā e que adquiriu a forma divina após Śiva ter percebido que o peixe aprendera o Yoga, enquanto o explicava à sua consorte Pārvati. Ao tornar-se Matsyendranāth, o "senhor dos peixes", ele passa a propagar o conhecimento do Yoga. Todos estes fatos evidenciam a importância da tradição do Yoga, enquanto filosofia e a estreita relação que possui com ancestral sacralidade de seus centenas de milhares de divindades que compõem o grande cenário que é o Yoga.

No texto clássico *Yoga Sūtra* de Patañjali, citado por Mircea Eliade[1]:

> É somente com o terceiro membro do Yoga (yoganga) que começa a técnica yóguica propriamente dita. Este terceiro "membro" é o asana, palavra que designa a postura do yogin muito conhecida, que o Yoga Sutra, II, 46, define com "sthira-sukham", estável e agradável.
>
> A descrição dos āsana é encontrada nos numerosos tratados de Haṭha Yoga. No tratado de Patañjali, essa descrição é apenas esboçada, pois os asana se aprendem com um guru e não através de descrições. O que importa é que os asana dão uma firme estabilidade ao corpo e ao mesmo tempo reduzem o esforço físico ao mínimo. Isto é de importância capital; o esforço deve desaparecer, a posição meditativa deve-se tornar natural, só então ela propicia a concentração.

A respeito deste aspecto da prática do Yoga, Eliade[6] destaca o seguinte comentário de Vyāsa (*Yoga Sūtra*:II:47):

> A postura torna-se perfeita quando o esforço para realizá-la desaparece, de forma que não haja mais movimentos no corpo. Assim também, sua perfeição se cumpre quando a mente se transforma em infinito (anantasamapathibhiyam), isto é, quando ela faz idéia do infinito em seu próprio conteúdo.

Quanto ao aspecto mítico do asana, Eliade[6] é enfático.

> O asana marca com nitidez a transcendência da condição humana. A parada, a invulnerabilidade em relação aos contrários, ao mundo exterior, representa uma regressão à condição vegetal ou uma transcendência em direção ao arquétipo divino formulado iconograficamente, particularmente na descrição de imagens dos antigos. O certo é que a postura corporal – imóvel, hierática – imita outra condição além da humana: no estado de asana o yoguin pode ser comparado a uma planta ou a uma estátua divina; não poderia ser equiparado ao homem que, por definição, é móvel, agitado, arrítmico. Ao nível do "corpo", o asana é uma ekagrata, uma concentração em um só ponto; o corpo está "firmado", "concentrado"em uma única posição. Assim, como a ekagrata põe fim às flutuações da mente, asana põe fim à mobilidade e a disponibilidade do corpo, reduzindo a infinidade das posições possíveis a uma só postura, arquetípica e iconográfica.
>
> A tradição do Yoga de milhares de anos nos ensina que, no interior das antigas florestas da Índia e da China, viveram iogues que dedicaram suas vidas ao domínio do corpo e da mente. Naquele ambiente calmo e tranqüilo, eles costumavam observar os animais que partilhavam da sua solidão – como eles descansavam, como instintivamente se curavam quando doentes. Quando experimentaram em seus próprios corpos as diferentes posturas dos animais, esses yogues sentiram os efeitos sutis desse movimentos em sua estrutura bio-psíquica. Após um tempo secular de experiências, essas posturas que imitavam os animais, foram refinadas para um sistema científico de milhares de exercícios chamados asanas, muitos recebido os nomes de animais que os inspiraram.

Portanto, B. K. S. Iyengar[2] descreve que

> os nomes dos asanas são significativos e ilustram o princípio da evolução. Alguns são denominados de acordo com a vegetação, como a árvores (vrksha) e o lótus (padma); alguns de acordo com o nome dos insetos, como o gafanhoto (salabha) e o escorpião (vrschika); alguns, segundo animais aquáticos e anfíbios, como o peixe (matsya), a tartaruga (kurma), o sapo (bheka ou manduka) ou o crocodilo (makara). Há asanas com nomes de aves, como o galo (kukkuta), a garça (baka), o pavão (mayura) e o cisne (hamsa). Há asanas com nomes de quadrúpedes, como o cão (svana), o cavalo (vatayana), o camelo (ushtra) e o leão (simha). Criaturas rastejantes, como a serpente (bhujanga), não são esquecidas, nem o estado embrionário humano (garbha-pinda) é desconsiderado. Há asanas que recebem o nome de heróis como Virabhadra e Hanuma, filho do vento. Sábios, como Bharadvaja, Kapila, Vasistha e Vishvamitra são lembrados em sua simbologia mítica.
>
> Alguns asanas são também denominadas segundo os deuses do panteão hindu, e outras relembram os avataras, encarnações do poder divino. E enquanto executa os asanas, o corpo do yogui assume muitas formas, assemelhando-se a uma variedade de criaturas. Sua mente é treinada para não desprezar nenhuma delas, pois sabe que por todo o reino da criação, do mais insignificante até o mais perfeito sábio, respira o mesmo espírito universal. Ele sabe que a forma mais elevada é a ausência de forma, quando encontra a unidade na universalidade. O verdadeiro asana, quando verdadeiramente praticado, é aquele em que o pensamento de Brahman flui sem o menor esforço e incessantemente através da mente do sadhaka. Dualidades como ganho e perda, vitória ou derrota, fama ou vergonha, corpo e mente, mente e alma,

> desaparecem através do domínio dos asanas, e o sadhaka passa então ao pranayama, o quarto anga ou etapa do caminho do Yoga clássico.

Ainda, de acordo com Iyengar[7] e a filosofia hindu,

> a consciência se manifesta em três qualidades diferentes. Para o homem, sua vida e sua consciência junto com todo o cosmos são emanações de uma mesma prakriti (matéria-prima cósmica) – emanações que diferem na designação, pela predominância de um dos guṇas (qualidades ou atributos) que são: tamas (a qualidade escura e limitadora), rajas (a mobilidade ou a atividade) e sattva (a qualidade iluminadora, pura ou boa). Dessa forma, o iogue é igualmente afetado por esses três guṇas. Por seu constante e disciplinado estudo (abhyasa) de si mesmo e dos objetos que seus sentidos tendem a seguir, aprende quais pensamentos, palavras e ações são induzidos por tamas e aqueles estimulados por rajas. Com incessante esforço, ele erradica e filtra esses pensamentos e trabalha para atingir um modelo mental baseado no sattva. Quando só restar o sattva-guṇa, a alma humana já terá percorrido um longo caminho em direção ao objetivo final

Objetivo final que a prática dos *āsanas* certamente ajudou a realizar.

O presente trabalho poderia ter como desenvolvimento prático, como aula prática, a apresentação dos *āsana*s (posturas de Yoga) que descrevem o simbolismo mítico e que estão referendados nos textos clássicos do Haṭha Yoga, do Swásthya Yoga e na bibliografia complementar citada no final do artigo.

Para concluir, Fernando Rezende Marques[8] relata magistralmente:

> É pelo gesto que o sobrenatural se instala em nós; é pela expressão corporal das posturas físicas que a atitude mental tem a intuição do espírito. Num total desprendimento, livre

> de sentimentos próprios, mas com o conhecimento de uma razão única, lógica e universal, estaremos em contato com o núcleo, um centro tão luminoso que esconde uma passagem além de si próprio. Dir-se-ia como na linguagem de Arthur Clarke em Uma Odisséia no Espaço: além de si e do infinito.
>
> Hatha-Yoga descreve esta evolução como um rito; é uma forma de oração que o corpo faz por sua própria expressividade. É uma meditação vivenciada que a mente faz na compreensão dos gestos e das formas. A linguagem universal, os símbolos que rompem as fronteiras políticas, os limites de raça, as incompreensões dos costumes e dos hábitos, dispensando a palavra, faz ruir a Babel do orgulho e reconstitui a Pirâmide da Fraternidade. Por ela o espírito do homem se dá a compreender e por instantes ganha forma e corpo, revela a imagem e a compreensão.

O mesmo autor diz ainda que as posturas com o corpo (*āsanas*) propiciam

> a oração em gestos que revelam toda a simbologia de que se reveste a história humana e a sua evolução mitológica. A própria posição de morte (shavasana) uma vez praticada não é o fim. Ela representa a inversão de valores, um novo enfoque. No final, ao explodir iluminado, não morre o indivíduo, mas passa a viver da entrega ao outro que fez de si, num total descondicionamento. A auto-realização, pois, não é uma estada permanente em si. Antes é um sair de si, um dar-se total, viver no outro. É Prema, Puro Amor.

Namastê! *Oṁ Tat Sat*!

Sandra Maria Marques Cury é professora de Yoga e Filosofia Oriental e presidente da AYPAR.
luti_41@hotmail.com

A grafia de alguns termos sânscritos em citações diretas deste artigo foi mantida como encontrada nas obras referidas, mesmo que tivessem uma diferente da corrente nos Cadernos de Yoga. [n.e.]

Referências bibliográficas

[1] CAMPBELL, Joseph. O Poder do Mito. São Paulo: Palas Athena, 1998.

[2] ZIMMER, Heinrich. *Mitos e Símbolos na Arte e Civilização da Índia*. São Paulo: Palas Athena, 1998.

[3] GRIFFITHS, Bede. Retorno ao Centro. São Paulo: Ibrasa, 1992.

[4] Minha tradução de: HATHAPRADIPIKA. Tradução de Kevin e Venika Kingsland. Inglaterra: Grael Communications, 1977, p. 15, verso 1.

[5] Veja mais sobre a civilização Indo-Sarasvati em: FEUERSTEIN, Georg; FRAWLEY, David; KAK, Subhash. *The Search of the Cradle of Civilization*. Natl. Book Network, 2001.

[6] ELIADE, Mircea. Yoga: *Imortalidade e Liberdade*. São Paulo, Palas Athena, 1997.

[7] IYENGAR, B.K.S. *A Luz da Ioga*. São Paulo: Cultrix, 1998.

[8] REZENDE, Fernando. *Yoga e Beleza*. Rio de Janeiro: Companhia Editora, 1975.

Bibliografia complementar

FEUERSTEIN, Georg. *A Tradição do Yoga*. São Paulo: Pensamento, 1998.

MARAN, Julio. *Yoga e Montessori*: Perspectivas Humanas. São Paulo: Loyola, 1975.

HERMÓGENES, A. José. *Autoperfeição com Hatha-Yoga*.12a ed. Rio de Janeiro: Record, 1969.

DE ROSE, Professor. *Prontuário de Yoga Antigo*: Swásthya Yoga. 11a ed. Rio de Janeiro: Ground, s/d.

AL-CHAMALI CELLA, Gabriella. *Yoga*: Manual Prático. 108 Exercícios para o Bem-Estar Psicofísico. São Paulo: Paulus, 1994.

SARASWATI, Paramahansa Satyananda. *Yogasanas Pranayama Mudra Bandha*. Escuela de Yoga de Bogotá, 1975.

THE SIVANANDA YOGA CENTRE. *The Book of Yoga*. London: Ebury Press, 1995.

YOGENDRA, J. *Cyclopaedia Yoga*. v. 1. Bombay: The Yoga Institute Santa Cruz, 1993.

SWAMI KUVALAYANANDA. *Asanas*. São Paulo: Cultrix, s/d.

BONWITT, Ingrid Ramm. *Mudras*: As Mãos como Símbolo do Cosmos. São Paulo: Pensamento, 1997.

WILLS, Pauline; GIMBEL, Theo. *Saúde e Energia*. Lisboa: Editorial Estampa, 1995.

REVISTA PLANETA. *Textos Clássicos do Hatha-Yoga*. Editora Três: São Paulo, 1983.

Reverência aos ancestrais

Por Sri Swamini Mayatitananda

A antiga prática hindu de reverência aos ancestrais invoca a benevolente presença de almas que se foram, busca proteção para aqueles que agora estão partindo e reza para que as almas encarnadas sejam abençoadas com paz na Terra.

Visarjana é o rito de dissolução, parte final do puja. pintura kangra, século XVIII.
Fonte: MOOKERJEE, Ajit. Ritual Art of India. New Delhi: Timeless Books, 1998, ilustração 95

Iniciando em primeiro de janeiro, 2005, nós do Monastério *Wise Earth* (www.wiseearth.org) em Candler, Carolina do Norte (E.U.A), realizamos uma cerimônia de oferenda de comida, por treze dias, para as almas que perderam suas vidas durante o terremoto gerador do tsunami, que arrazou as vilas costeiras do Sudoeste da Ásia e matou mais de 300 mil pessoas, no dia 26 de dezembro de 2004. No dia 13 de janeiro, nós conduzimos o rito auge de devoção durante o qual ofertas foram feitas para os parentes falecidos daqueles que partiram, assim como para Soma, a deusa da lua, e Agni, o deus do fogo.

Geralmente, esta sequência de rituais, chamada, *śraddhā tarpaṇa*, é realizada pela comunidade *gṛhastha* (famílias), durante os treze dias imediatamente seguidos a morte da pessoa amada. Eu realizei isto como um gesto simbólico de respeito por todas as milhares de pessoas que morreram no tsunami.

De acordo com os Vedas, A cremação é a forma mais apropriada para dissolver o corpo físico depois da morte. Esta purificação através do fogo permite a alma ser facilmente libertada do plano físico. Apesar da alma ser eterna e auto-suficiente, sua marca sutil, às vezes chamada de "*jīva* individual", precisa ascender após a morte. Para ajudar nesta ascensão, uma forma transitória chamada de *liṅga-śarīra* deve ser criada para que o *jīva* possa com sucesso fazer sua jornada até os éteres mais altos. De acordo com o *Sama Veda*, leva um ano inteiro para que o *jīva* que partiu alcançe *pitṛ-loka*, a morada dos ancestrais.

De acordo com os Vedas, A cremação é a forma mais apropriada para dissolver o corpo físico depois da morte.

Durante o nosso *śraddhā tarpaṇa*, centenas de corvos e pássaros pretos se reuniram, no solo cerimonial, pela ocasião. Este foi um sinal auspicioso de que as oferendas rituais foram com sucesso recebidas pelas almas viajantes.

Uma testemunha inspiradora

Um bom e jovem homem chamado Rajan é um discípulo meu, que mora em Chennai, Tamil Nadu (Índia). Pela graça de Deus, ele não estava em casa quando as águas da enchente do tsunami arruinaram sua casa, mas sua tia e seu tio pereceram na catástrofe. Como muitos que sofreram a perda daqueles que amam e milhões mais que permaneceram atordoados pela tristeza disto tudo, Rajan e sua esposa, Anu, sentiram-se sem esperanças e perdidos.

Juntamente com milhares de discípulos meus pelo mundo todo, Rajan e Anu se connectaram aos nossos treze dias de oferecimento de comida na Carolina do Norte. No dia 13 de janeiro, eles reuniram todos os menbros da família e amigos para realizarem o seu *śraddhā*, ao mesmo tempo em que nós fazíamos o nosso.

Rajan depois me confessou que, durante estes 13 dias, ambos, ele e a esposa, tiveram várias experiências místicas. Em um sonho muito real ele viu sua tia que partiu vestida em um sari rosa brilhante, carregando um buquê de flores multicoloridas. Ela estava caminhando em campos familiares, fora de sua casa e sorrindo quando ela se aproximou de Rajan. O ar estava seco e claro, e o aroma de jasmim estava por toda a parte. Foi um bom sonho.

Na manhã seguinte, Rajan foi informado pelas autoridades que os corpos dos seus tio e tia tinham acabado de ser encontrados, nos mesmos campos que Rajan tinha visto em seus sonhos.

Depois, Rajan e Anu experienciaram ambos visões de crianças vestidas de branco que se uniram ao canto de mantras durante a oferta de alimentos.

Histórias assim provêm testemunho ao fato que, até mesmo na mais traumática circuns-

tância, nós nunca estamos sós e desamparados. A energia curativa do universo, quando cuidadosamente evocada, está sempre lá para nos apoiar. Só o pensamento de tal imutável verdade pode nos inspirar a reverenciar aquela única fonte de vida que suporta ambos, o mundo físico e espiritual.

A importância do serviço

Lutar por compreender e usar uma percepção de serviço amoroso é importante para estabelecer uma conexão com os ancestrais, pois as vastas forças da natureza respondem bem ao altruísmo.

Existem muitas maneiras de servir. Dar tempo e dinheiro são somente duas. O grande serviço não é somente físico, mas espiritual. O serviço espiritual começa dentro dos nossos pensamentos e emoções. Nós podemos fazer qualquer ato de serviço mais espiritual pela maneira com que nos guardamos internamente enquanto fazemos aquela ação. Servir com uma reverência pela unidade que todos nós compartilhamos é um exemplo deste serviço espiritual.

O grande serviço não é somente físico, mas espiritual. O serviço espiritual começa dentro dos nossos pensamentos e emoções.

O serviço também ajuda a restaurar a memória dos nossos ancestrais e nos permite curar uma fenda, há tempos ignorada, que criamos com o mundo espiritual através da negligência. Honrar os ancestrais através do serviço não traz somente uma imediata sensação de conforto para as famílias aflitas, como também ajuda a resolver o choque carregado no corpo sutil destes individuos que pereceram. Este serviço também obtém uma graça palpável dos nossos ancestrais que podem fortificar nossa vida com estabilidade.

Eu acredito que o estado de caos e inquietação que nós estamos experienciando atualmente, tanto no mundo interior como exterior, tem as suas raízes nos nossos vacilantes relacionamentos com os

Honrar os ancestrais através do serviço não traz somente uma imediata sensação de conforto para as famílias aflitas, mas também ajuda a resolver o choque carregado no corpo sutil destes individuos que pereceram.

ancestrais. Estes seres mantêm uma conecção vital com os vivos e por causa disto podem nos ajudar de maneira prática – se nós os invocarmos de maneira apropriada. Nossa invocação lhes dá permissão para nos prover com direção, inspiração e proteção. A *Taittirīya Upaniṣad* (1.11.2) aconselha, "Não deixe que haja nehuma negligência de obrigações para com os deuses e os ancestrais. Seja uno com aquele cuja mãe é Deus. Seja uno com aquele cujo pai é Deus."

Você também pode fazer!

Aqui está uma forma abreviada do *śraddhā tarpaṇa* que você mesmo pode fazer.

- Escolha um local próximo de um rio e vire-se para o sul.
- Coloque duas mãos cheias de sementes de gergelim pretas ou arroz preto em uma urna, adicione quatro copos de água ou leite orgâncio e misture.
- Use a sua mão direita para colocar a mistura lentamente na terra enquanto visualiza que você está dando nutrição para as almas daqueles que partiram.
- Enquanto você estiver colocando recite o seguinte mantra *"Oṁ namo vah prītah saumyah svadhā"* que significa "Obediência a você, Oh gentil ancestral."
- Sente em um estado meditativo, procurando pela presença dos ancestrais e rezando para os que recém partiram.

Um tempo especial para os ancestrais

De acordo com a tradição vêdica, ritos importantes para os ancestrais devem ser feitos todos os anos. Estes devem acontecer no aniversário do dia da morte, assim como durante o período de *pitṛ pakṣa* – a quinzena escura seguindo a última lua cheia do outono do ano.

Os sábios vêdicos reconhecem que cada um de nós existe como um ser interdependente, ligado ao universo através dos nossos ancestrais. Eles previram que a tristeza coletiva do mundo moderno seria causada pela perda da nossa memória ancestral – e que isto iria causar a quebra do *dharma*, que é o cumprimento ordenado de uma natureza inerente, ou destino, que guia e resguarda nossos valores de vida como eles se relacionam com o *self*, a família, a comunidade e a natureza. Eles entenderam que honrar os ancestrais nos mantêm vivendo em harmonia não somente com nossos antepassados mas também com toda a humanidade.

É dito que as oferendas feitas durante o *pitṛ pakṣa* alcançam diretamente os ancestrais devido a um favor especial, dado à humanidade pelo Senhor Yama, o provedor cósmico da morte. A origem do *pitṛ pakṣa* pode ser seguida de volta através da história de Karna, o conhecido herói do *Mahābhārata*, que quando ascendeu ao mundo celestial, depois de sua morte, foi recompensado com ouro e prata por seus muitos atos de caridade feitos na terra, mas não lhe foi oferecido comida. Muito engervonhado, ele foi levado a compreender que, enquanto estava na Terra, ele não realizou nenhuma oferta de comida aos ancestrais, nem demonstrou nenhuma generosidade em oferecer comida a ninguém. Desolado por esta revelação, ele rezou ao senhor Yama para que pudesse voltar à Terra para compensar esta negligência.

O senhor Yama permitiu que ele voltasse à Terra, mas somente por quatorze dias. Durante este pequeno período de tempo, que passou a ser conhecido como *mahālaya pakṣa*, Karna nutriu os brâmanes e os pobres

com grande abundância de comida. Como resultado desta penitência, o senhor Yama garantiu certos favores a toda a humanidade. Pela decisão de Yama, todas as almas que encontrarem uma morte prematura ou não natural, como aqueles atingidos recentemente pelo tsunami, no sudoeste asiático, seriam beneficiados por todos os ritos de *pitṛ pakṣa*, realizados em qualquer lugar do mundo, em qualquer hora.

Realizando a Cerimônia dos Ancestrais

O *śraddhā tarpaṇa*, quando dedicado a um membro da família que partiu, é tradicionalmente realizado em um solo sagrado, próximo de um rio, pelo homem mais velho da família. Guiado por um sacerdote, este membro que preside a família faz as oferendas rituais para aqueles que partiram, assim como para as três gerações de pais que se foram anteriormente. Doze dias são dedicados a construir o corpo transitório de *jīva*, parte por parte – primeiro o tronco, depois os braços e as pernas e finalmente a cabeça.

No primeiro dia de cerimônia, bolos feitos de farinha de arroz e leite de vaca são colocados em camas de grama *kuśa*. Três destes bolos de arroz são usados imediatamente. O primeiro é oferecido à água sagrada, simbolizando Soma, a deusa da lua, cuja gratificação proteje os ancestrais. O segundo bolo de arroz é comido pela esposa do homem, oficializando a cerimônia com a prece de que ela possa gerar filhos e continuar a linhagem da família. O terceiro bolo de arroz é oferecida à Agni, o deus do fogo, cuja graça é invocada para proteção e para que a cerimônia seja realizada de forma auspiciosa. Em cada um dos onze dias seguintes, um bolo de arroz é oferecido na água sagrada, para que lenta e metodicamente seja criado aquele corpo transitório, necessário para a viagem celestial de *jīva* para a morada dos ancestrais. Em cada dia uma nova parte do corpo é formada até que, finalmente, no

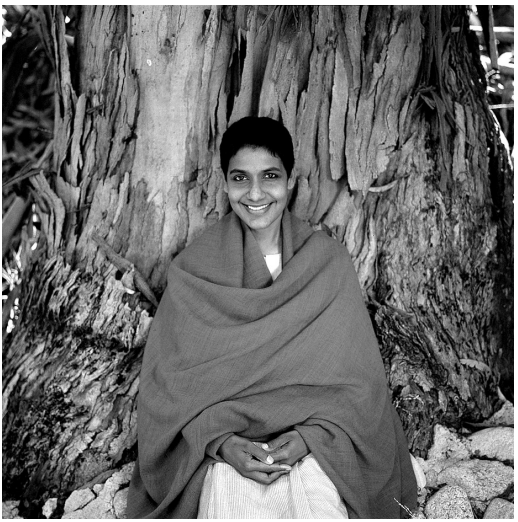
Com o passar do tempo, as experiências cósmicas de agitação, durante o *pitṛ pakṣa*, intensificam-se. Desastres naturais estão aumentando constantemente durante este período.

décimo segundo dia, a cabeça é criada. No décimo terceiro dia, a sua nova entidade manifesta é adorada como um deus em um importante ritual. Depois de todas as cerimônias terem sido completadas, os bolos de arroz restantes são dados às vacas e aos corvos.

A cada ano, esta mesma prática ritual é observada pelos hindus, durante o *pitṛ pakṣa*, para reviver as memórias dos seus ancestrais e para obter suas bençãos.

Olhando para o futuro

Com o passar do tempo, as experiências cósmicas de agitação, durante o *pitṛ pakṣa*, intensificam-se. Desastres naturais estão aumentando constantemente durante este período. O terrível desastre de 11 de Setembro, em 2001, ocorreu durante o *pitṛ pakṣa*.



Nós devemos lutar para acalmar estes ciclos recorrentes de revolta. Cada um de nós pode ajudar nesse esforço quando, pessoalmente, respeitamos nossos ancestrais. Isto pode ser alcançado de uma forma prática ao fazer pequenos sacrifícios com os nossos ancestrais em mente. Nós podemos oferecer comida aos pobres, devotar uma hora por semana para trabalho com a comunidade, rezar para aliviar o sofrimento, oferecer arroz a um abrigo de pessoa sem casa, visitar um asilo, jejuar um dia por mês pela paz mundial e fazer um esforço consciente para não agredir, poluir ou, de outra forma, comprometer a Terra, seus rios, animais, plantas e ambiente. A maior contribuição pessoal que nós podemos fazer é abraçar um espírito de reverência pela natureza e trabalhar na direção de curar os danos que nós humanos já causamos ao planeta.

De acordo com os Vedas, nós estamos nos aproximando de uma era de escuridão chamada Kali Yuga e iremos testemunhar uma quebra do *dharma* e da moralidade. Este é um momento em que os nosso objetivos mais profundos deveriam incluir a aceitação dos nossos ancestrais e a honra à Terra.

Honrar os ancestrais pode ser realizado a qualquer hora e em qualquer lugar. Cada experiência da vida provê uma excelente oportunidade de nos reconectarmos emocional e espiritualmente com a memória e a vibração dos nossos antepassados, mesmo que nós não tenhamos detalhes específicos sobre suas vidas. Nós podemos começar a vibrar com eles nos nossos sonhos e sentir as suas graças nos protegendo sem expressões exteriores aparentes.

Que os eventos desafiantes destes tempos de provação sirvam como uma metáfora, não para o rompimento da natureza e a erosão do *dharma*, mas para uma determinação construída dentro de todos nós para mudarmos nossos caminhos e restaurar a divina herança de nossos ancestrais para o lugar certo, no centro de nossas vidas.

Sri Swamini Mayatitananda ensina Āyurveda
e Vedānta e dirige o Wise Earth Monastery.
www.wiseearth.org

Para contatos no Brasil: āyurverda Wise Traditions Program,
c/o Dra. Ana Marie Rodrigues, Belo Horizonte (MG).
garuda@gold.com.br

Tradução de Camila Pagliuca
camila@yogavayu.com.br

- O texto original, em inglês, está disponível na internet em: <http://www.wisearth.org/newsletter/htarticlepg1.html>. [n.e.]
- As fotos utilizadas neste aritgo foram fornecidas pela autora [n.e.]

O processo de criação do universo na visão do Śivaísmo da Caxemira

por Rafael José Kraisch

Citiḥ svatantrā vishvasiddhihetuḥ
"O universo inteiro é criado
pela Consciência Suprema auto-
independente"[1]

Pura consciência, o vazio metacósmico. rajasthan, séc XVIII, gouache em papel.
Fonte: MOOKERJEE, Ajit. Ritual Art of India. New Delhi: Timeless Books, 1998, ilustração 125.

Como vimos na edição passada[2], o Śivaísmo da Caxemira ensina que a origem de todo o universo é *śiva*, a consciência suprema, que é onipresente, perfeita e ilimitada e que cria através de seu poder conhecido como *śaktī*.

Para o Śivaísmo da Caxemira, o processo no qual a Consciência infinita se condensa em tudo aquilo que chamamos de universo ou criação[3] é conhecido como "*pariṇāma*" ou "alteração". Esse processo é realizado em "etapas" conhecidas como *tattvas* ou "níveis de realidade", nos quais o Um aos poucos vai se quebrando em "muitos", porém sem perder a sua identidade original.

Os conceitos de *tattvas* e *pariṇāma* já existiam antes do advento do Śivaísmo da Caxemira, tendo suas raízes nos Vedas. Contudo foi o sistema Sāṁkhya que mais se dedicou a este assunto, tornando-se o ponto de origem para especulações e debates por parte de outras escolas filosóficas posteriores, como o Advaita Vedānta[4]. Os mestres do Śivaísmo da Caxemira apenas fizeram algumas alterações e correções quanto ao modelo apresentado pelo Sāṁkhya, adaptando-o a suas próprias experiências e realizações espirituais.

Para o Śivaísmo da Caxemira, o próprio fato de Deus ser cônscio de si mesmo já é ação, ao contrário de alguns filósofos que afirmam que o Absoluto é apenas uma massa de consciência infinita que é completamente a parte de qualquer atividade

Antes de avançarmos na apresentação destes níveis, o primeiro termo a ser explorado é "*spanda*" ("vibração" ou "pulso"), que é a forma pela qual os mestres desta escola identificam a origem e a manutenção de todo o universo. Parama-śiva não é *akarta*, "inativo", pois para o Śivaísmo da Caxemira, o próprio fato de Deus ser cônscio de si mesmo já é ação, ao contrário de alguns filósofos que afirmam que o Absoluto é apenas uma massa de consciência infinita que é completamente a parte de qualquer atividade. E é justamente a vibração ou *spanda*, produzida por esta autopercepção, que dá início ao pro-

cesso de "evolução" do universo. Essa vibração é também conhecida como "o verbo" na tradição Cristã.

O Processo de Evolução

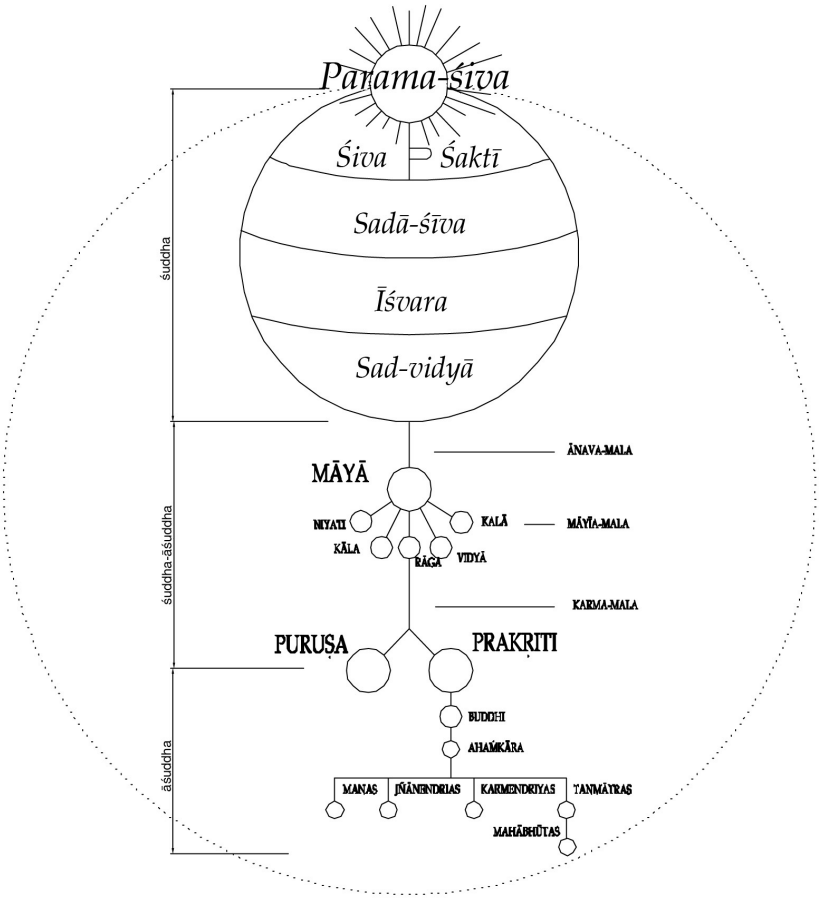
Esse processo de "evolução" dos 36 *tattvas* a partir do Todo insondável e informe, que é Parama-śiva, é descrito como *pariṇāma*, que é literalmente a capacidade do Absoluto de se "transformar" em qualquer coisa que desejar. Isso é simploriamente exemplificado na alegoria do leite que se transforma em coalhada para depois se transformar em queijo. Ou seja, algo sutil que aparentemente se transforma em algo cada vez mais denso, embora no interior seja o mesmo produto.

É importante lembrar que Parama-śiva é tanto transcendente quanto imanente, ou seja, mesmo no processo de contração e limitação, Ele mantém-se, simultaneamente, perfeito e completo em si mesmo, além de qualquer tipo de dualidade.

Os conceitos de *tattvas* e *pariṇāma* já existiam antes do advento do Śivaísmo da Caxemira, tendo suas raízes nos Vedas.

Para o Śivaísmo da Caxemira há ao todo 36 *tattvas*, que estão didaticamente separados em três grupos distintos: 1 –*śuddha* ou "puros"; 2 – *śuddha-āśuddha* ou "puros e impuros"; e 3 – *āśuddha* ou "impuros".

Para facilitar a compreensão deste assunto, durante a leitura você poderá observar o diagrama na página à seguir.



Śuddha Tattvas

Este primeiro grupo é formado pelos *tattvas* considerados *śuddhas* ou "puros", pois neles ainda não há a ilusão de separação entre "sujeito" e "objeto" – que ocorrerá nos *tattvas* posteriores.

1. *Śiva* (auspicioso) e 2. *Śaktī* (poder): são os dois princípios inerentes ao Parama-śiva, respectivamente, o aspecto masculino e feminino do Absoluto. *Śiva*, ou *prakāśa*, é o aspecto da luminosidade e da passividade, no qual predomina *cit-śaktī*, o poder da consciência do Eu. *Śaktī*, ou *vimarśa*, é o aspecto do poder e

da atividade, no qual predomina *ānanda-śaktī*, o poder da felicidade. Não se deve encarar estes dois princípios cósmicos como duas entidades separadas ou princípios separados. Um é parte do outro e está no outro, tal como o calor está no fogo. Essa aparente dualidade serve apenas para fins didáticos, facilitando a compreensão de todo o processo que irá se desenrolar no surgimento dos *tattvas* restantes.

3. *Sadā-śīva* (eternamente auspicioso): neste nível surge *icchā-śaktī*, que é poder da vontade, ou a intenção de originar uma criação;

4. *Īśvara* (senhor): neste nível surge *jñāna-śaktī*, ou o poder do conhecimento, o nível das idéias divinas no qual se estabelece o plano da criação;

5. *Sad-vidyā* (conhecimento do Ser): surge *kriyā-śaktī*, o Poder da ação, pois existindo a intenção e a inteligência basta apenas a execução do plano.

A primeira impureza

Um segredo: antes de Parama-śiva "continuar" nos *tattvas* seguintes, algo muito estranho surge: acontece a primeira contração de consciência do Absoluto. Essa contração é conhecida como *mala* (impureza). Esse primeiro *mala* – são três ao todo –, que é o responsável por iniciar o processo que fará o Absoluto sem forma tomar uma forma limitada, recebe o nome técnico de *ānava (*pertencente à *anu* – o ser limitado). Esse é o primeiro passo do esquecimento e do "sono da alma" do Criador.

Śuddha-aśuddha Tattvas

Os cinco primeiros "níveis" ou aspectos primários do Absoluto representam sinteticamente os primeiros passos para a criação, demonstrando seus cinco principais poderes, isto é, *cit*, *ānanda*, *icchā*,

jñāna e *kriyā* ou, respectivamente, onipresença, beatitude, vontade, onisciência e onipotência.

Veremos agora, nos próximos *tattvas*, o processo pelo qual esses "super-poderes" do Absoluto serão reduzidos a meras frações.

Deve-se saber que no Tantra, ao qual o Śivaísmo da Caxemira está inserido, não se tem a mesma atitude verticalista que alguns grupos espiritualistas têm ao dizer que o mundo é miséria e sofrimento. Para um adepto do Śivaísmo da Caxemira, não há problema algum em dizer que Deus é o mundo e o mundo é Deus, pois o efeito (o mundo) não pode ser diferente de sua causa (o Absoluto)[5]. Comenta-se isso, pois nesta tradição é o próprio Senhor Absoluto que aceita limitações em si próprio. A ilusão e a libertação são apenas dois aspectos de uma mesma moeda que está completamente sob domínio do Criador.

Para um adepto do Śivaísmo da Caxemira, não há problema algum em dizer que Deus é o mundo e o mundo é Deus, pois o efeito (o mundo) não pode ser diferente de sua causa (o Absoluto)

Esses princípios "puros e impuros" nada mais são que *śaktī*, agora numa forma contraída, fazendo o trabalho de igualmente velar e contrair o seu bem-amado *śiva*.

6. *Māyā* (mensuradora): favor não confundir este termo com o comumente utilizado pelas outras escolas filosóficas indianas, para os quais têm um valor completamente diferente do aqui utilizado pelo Śivaísmo da Caxemira, pois, nesta tradição, "*māyā*" não é simplesmente um poder ilusório ou mágico destituído de origem. "*Māyā*" vem da raiz verbal "*mā*" (mensurar, comparar) e aqui é o princípio que limita e estabelece condições dualistas sobre o Todo.

Neste ponto surge o segundo *mala*, responsável pelo processo de "dualização" da consciência. Seu nome é *māyīya* e significa literalmente "que pertence a *māyā*". Sob o domínio destes dois

malas, *śiva* e *śaktī* contraem-se e "se dividem" em dois. O resultado disso será visto logo à diante.

Māyā, em essência, é uma forma contraída de *śaktī* ou o poder criativo de Deus. Já sabemos que *śaktī* em seu aspecto puro é o poder que percebe e reflete a luz de *śiva* em toda a criação. Mas agora, neste nível, essas percepção e reflexão se dão de maneira distorcida. Isso é feito pelos cinco *kañcukas* (camisas), que servem apenas para esconder ou encobrir os cinco "superpoderes" do Absoluto. Cada um desses *kañcukas* é considerado um *tattva* diferente.

7. *Kalā* (parte): essa "camisa" vela a onipotência de Parama-śiva, criando a falsa noção de que há coisas que são possíveis de realizar e outras que são impossíveis.

8. *Vidyā* (conhecimento): essa "camisa" vela a onisciência de Parama-śiva, criando a falsa noção de que há coisas que são possíveis de conhecer e outras que são impossíveis.

"*Māyā*" vem da raiz verbal "*mā*" (mensurar, comparar) e aqui é o princípio que limita e estabelece condições dualistas sobre o Todo.

9. *Rāga* (apego): essa "camisa" vela a vontade de Parama-śiva, criando inclinações e desejos inferiores, notadamente o apego e a aversão, isto é, desejam-se coisas agradáveis e repele-se o que não é agradável.

10. *Kāla* (tempo): essa "camisa" vela a beatitude de Parama-śiva, gerando o medo do tempo, da velhice e da morte.

11. *Niyati* (necessidade): essa "camisa" vela a onipresença de Parama-śiva, gerando a noção de limitação espacial e temporal.

Nesse interim, surge mais uma impureza inevitável como resultado da soma de *ānava-mala* com *kalā-kañcuka*. Essa nova impureza chama-se *kārma-mala*, que, simplificando, é a noção errônea de que somos seres

limitados, realizando ações igualmente limitadas – boas ou más – e que nos farão entrar numa roda interminável de ação e reação, o que, em outras palavras, é a famosa lei do *kārma*. Assim, resume-se com a seguinte equação: *ānava-mala + kalā-kañcuka = kārma-mala*. E que se pode traduzir para o português como: s*ou imperfeito + realizo ações limitadas = eu realizo tanto boas quanto más ações.*

Aśuddha Tattvas

O que acontece após Parama-śiva passar por tantas contrações e limitações diferentes? Obviamente acontece uma redução considerável de energia, poder e consciência. O que era infinito agora fica reduzido a uma mera fagulha que se esforça por se tornar mais uma vez uma grande fornalha cósmica. Isso pode ser figurado na imagem do transformador elétrico, que recebe energias muito altas e vai diminuindo-as até chegar num ponto aceitável para serem utilizadas por nossos pequenos aparelhos domésticos.

O *puruṣa* do Śivaísmo da Caxemira se assemelha ao que no Ocidente é conhecido por alma

Bem, neste caso, qual a finalidade de reduzir a Sua energia? Que tipo de "aparelho" será utilizado?

Os *tattvas* seguintes são a resposta para estas perguntas. Nestes *tattvas* há o completo velamento da luz e da verdade supremas, gerando a dualidade. Por isso, os próximos princípios são chamados de *aśuddha* (impuros).

12. *Puruṣa* (homem) ou *anu* (átomo): finalmente a alma individual. O aspecto permanente de nossas vidas efêmeras. Este é *kṣetrajña*, o "percebedor do campo" de que falam muitas escrituras hindus. Contudo, não é o mesmo *puruṣa* de que falam o Sāṁkhya e o Advaita Vedānta, para os quais este é o próprio Absoluto manifesto. O *puruṣa* do Śivaísmo da Caxemira se assemelha ao que no Ocidente é conhecido por alma, ou seja, é apenas um

princípio interior composto de alguns instrumentos sutis, como o ego, a mente e o intelecto, mas que sempre enxerga um "outro", isto é, vive na ilusão de dualidade e diferença.

Conforme vimos anteriormente, há uma grande diferença no ponto de vista entre essas escolas citadas e o Śivaísmo da Caxemira. O Sāṁkhya é um sistema ateu que ensina que o universo inteiro nada mais é que a manifestação de dois princípios conhecidos como *puruṣa* e *prakṛti*, ou alma e matéria. Ambos são completamente distintos e irreconciliáveis, pois nesta doutrina, *puruṣa* anseia, unicamente, desvencilhar-se de *prakṛti*, pois ela é apenas um campo de dor e sofrimento.

Já no Advaita Vedānta, o universo ou *prakṛti* é apenas um fantasma, uma ilusão super-imposta provocada por *māyā* sobre *Brahman*. Não há *ligação* entre *Brahman* e *prakṛti*, sendo que a criação é apenas uma evolução aparente (*vivarta*) como uma névoa sobre o mar.

Assim, para esses dois sistemas o Ser interior é completamente à parte de todo o universo, sendo não-agente (*akarta*) e apenas testemunha (*grāhaka*). Ao contrário, o Śivaísmo da Caxemira dá uma explicação mais racional ao mostrar que essa dualidade espírito-matéria faria com que a vida não fosse realmente possível, pois como podem existir duas coisas distintas num mesmo lugar? Tanto aquilo que é sutil, quanto aquilo que é denso difere apenas entre as suas taxas vibratórias, tendo como origem o mesmo Deus Absoluto.

Na realidade, quem são *puruṣa* e *prakṛti*? Nada mais são que *śiva* e *śaktī* em formas contraídas, resultado de *māyā* e suas "camisas".

13. *Prakṛti* (matriz): eis aqui o que nós conhecemos por universo: o imenso conjunto de inúmeros planos e sub-planos que vão desde o mais denso e temível dos infernos até o mais elevado e belo mundo dos deuses. *Prakṛti* é o "campo de percepção",

aquilo que é percebido e sentido pela alma humana, o *puruṣa.* Embora o termo seja igual, *prakṛti* é também diferente do que ensina o Sāṁkhya e o Advaita Vedānta, pois (além do que já discutimos anteriormente) nestes dois sistemas há apenas uma *prakṛti* para toda a imensidão de *puruṣas* que a habitam, ou seja, um único "barco" pra todos os "marinheiros".

Por sua vez, o Śivaísmo da Caxemira aprofunda essa teoria ao afirmar que além de uma única *prakṛti* para todo o conjunto de almas viventes, cada alma tem individualmente a sua própria. Isto é óbvio, pois o próprio conjunto de mente, ego, intelecto e o próprio corpo físico que "pertence" temporariamente a uma alma, nada mais é que uma manifestação de *prakṛti.*

Na realidade, quem são *puruṣa* e *prakṛti?* Nada mais são que *śiva* e *śaktī* em formas contraídas, resultado de *māyā* e suas "camisas". A diferença é que *śiva* não está mais com seus poderes supremos e *śaktī* está incapaz de perceber a Luz divina e refleti-la.

Do que é feita *prakṛti? Prakṛti* é constituída pelos três *guṇas* conhecidos como *tamas* (inércia), *rajas* (paixão) e *sattva* (equilíbrio), sendo estes os princípios energéticos que darão forma e existência a tudo o que preencherá o universo. Contudo, de onde vieram esses *guṇas*? Eles são o resultado das contrações provocadas pelos poderes divinos nos *tattvas* 3, 4 e 5 através dos *malas* e *kañcukas* anteriormente citados. Veja a tabela abaixo:

3 - Sadā-śīva tattva: icchā-śaktī	transforma-se em	*Rajas*
4 – Īśvara tattva: jñāna-śaktī	transforma-se em	*Sattva*
5 - Sad-vidyā tattva: kriyā-śaktī	transforma-se em	*Tamas*

Em sua forma original – anterior à formalização da criação que será descrita a partir dos próximo *tattvas* – esses três *guṇas* estão em per-

feito equilíbrio dentro de *prakṛti*. No momento em que esses três *guṇas* saem desse equilíbrio original, fazendo com que haja maior predominância de um sobre os outros: *tchbumm* – a natureza, em suas mais variadas formas, surge.

As três primeiras manifestações do desequilíbrio dos *guṇas* em *prakṛti* formam um conjunto chamado *antaḥkaranā* ou "órgão interno sutil", que é composto pelos *tattvas* 14 a 16.

14. *Buddhi* (intelecto): tem a predominância de *sattva* (contração de *jñāna-śaktī* – o poder do conhecimento). É o aspecto da inteligência do *antaḥkaranā*, pois funciona como um espelho que reflete o Ser interior. Também funciona como uma biblioteca que armazena todas as *informações* colhidas durante as existências de uma alma e, assim, é capaz de fazer distinções como "isto é uma caneta" ou "isto é um lápis". De *buddhi* surge o próximo *tattva*.

15. *Ahaṁkāra* (ego): tem a predominância de *rajas* (contração de *icchā-śaktī* – o poder da vontade). É o aspecto criador do *antaḥkaranā* pois é uma massa de *impressões* recebidas em todas as existências de uma alma, funcionando como as sementes da grande maioria de nossos pensamentos, formando nosso caráter e nosso destino.

16. *Manas* (mente): é manifestação de *ahaṁkāra*, pois este precisa de uma mente para controlar os *jñānendriyas* (poderes de percepção) e os *karmendriyas* (poderes de ação) que ainda não se manifestaram. Tem a predominância de *tamas* (contração de *kriyā-śaktī* – o poder da ação). É o aspecto ativo, porém cego, do *antaḥkaranā* por ser composto de uma turbulência de pensamentos oriundos das atividades sensoriais.

Os próximos cinco *tattvas* recebem a predominância *sattva* de *ahaṁkāra* e recebem o nome de *jñānendriyas*, "poderes de percepção", pois são os cinco poderes (*indriyas*) de percepção ou conhecimento (*jñāna*) que a

mente utiliza para reconhecer o universo à sua volta – bem como o seu interior também. Esses poderes não são os órgãos físicos, mas as suas matrizes em forma sutil.

17. *Śrotra*: o poder da "audição".

18. *Tvak*: o poder do "tato".

19. *Cakṣus*: o poder da "visão".

20. *Jihvā*: o poder do "paladar".

21. *Ghrāṇa*: o poder da "olfação".

Os próximos cinco *tattvas* recebem a predominância *rajas* de *ahaṁkāra* e recebem o nome de *karmendriyas*, "poderes de ação", pois são os cinco poderes (*indriyas*) de ação (*kārma*) que a mente utiliza para agir no universo à sua volta – bem como no seu interior também. Esses poderes não são os órgãos físicos, mas as suas matrizes em forma sutil.

22. *Vāk* (fala): o poder da "comunicação".

23. *Pāṇi* (mão): o poder da "manipulação".

24. *Pāda* (pé): o poder da "locomoção".

25. *Pāyu* (ânus): o poder da "excreção".

26. *Upastha* (genital): o poder da "procriação".

Como os *jñānendriyas* e *karmendriyas*, os *tanmātras*, "elementos sutis", surgiram do aspecto *tamas* de *ahaṁkāra* e servem como moldes para a percepção da mente no universo de múltiplas formas, nomes e cores. O nome "*tanmātra*" literalmente significa "simplesmente (*mātra*) aquilo (*tat*)" e se refere ao fato de que um *tanmātra* é apenas algo sem nenhuma diferenciação em particular, sendo apenas uma forma de medida comparativa que estabelece padrões separados. Por exemplo, *rūpa-tanmātra* é apenas uma "cor paterna" e não uma cor em particular como o preto, branco, azul etc.

27. *Śabda* (som): o potencial para a percepção auditiva.

28. *Sparśa* (toque): o potencial para a percepção táctil.

29. *Rūpa* (cor): o potencial para a percepção visual.

30. *Rasa* (gosto): o potencial para a percepção gustativa.

31. *Gandha* (aroma): o potencial para a percepção olfativa.

Finalmente, surgem as partículas sutis que formarão todas as coisas perceptíveis aos órgãos dos sentidos em nossa existência, em um dos diversos planos do universo. Essas partículas sutis recebem o nome de *mahābhūtas,* "grandes (*mahā*) elementos (*bhūta*)" e são formados pelos cinco *tanmātras* explicados acima. Note que eles são apenas "elementos", ou seja, não são o objeto em si.

32. Ā*kāśa* (éter): o espaço sutil que preenche todo o universo manifesto.

33. *Vāyu* (ar): o princípio gasoso.

34. *Agni* (fogo): o princípio do calor e brilho.

35. Ā*pas* (água): o princípio da liquidez.

36. *Pṛthivī* (terra): o princípio da solidez.

Abaixo há uma tabela que explica detalhadamente a composição de cada um desses *mahābhūtas* do ponto de vista do Śivaísmo da Caxemira.

A soma das porcentagens de cada um desses *tanmātras* originará um *mahābhūta* diferente						
Śabda	***Sparśa***	***Rūpa***	***Rasa***	***Gandha***		
50,0 %	12,5 %	12,5 %	12,5 %	12,5 %	*forma*	***Ākāśa***
12,5 %	**50,0 %**	12,5 %	12,5 %	12,5 %	*forma*	***Vāyu***
12,5 %	12,5 %	**50,0 %**	12,5 %	12,5 %	*forma*	***Agni***
12,5 %	12,5 %	12,5 %	**50,0 %**	12,5 %	*forma*	***āpas***
12,5 %	12,5 %	12,5 %	12,5 %	**50,0 %**	*forma*	***Pṛthivī***

Conclusão: e agora, o que fazer?

Após ter feito toda essa "viagem cósmica" você pode estar se perguntando "qual a finalidade de conhecer tudo isso?". Essa é uma pergunta muito interessante, pois nos coloca na compreensão de que o conhecimento teórico é inútil sem uma prática pessoal.

Toda essa "teoria" foi desenvolvida após muitos séculos de intenso estudo das escrituras e principalmente dedicação à meditação e aos seus mais elevados estados de consciência espiritual. Assim, esses *tattvas* funcionam como uma espécie de "mapa espiritual", cuja principal finalidade é que seus praticantes possam:

1. compreender pelo menos em nível intelectual que a criação nada mais é que uma forma condensada do poder supremo, ou *śaktī*;
2. compreender que é Deus quem assume em Si mesmo formas diferentes de contração;
3. compreender que há apenas um único poder no universo, isto é, Deus;
4. compreender que a aparente dualidade que nos separa uns dos outros e de Deus é apenas ilusória e transitória;
5. compreender que a criação é um jogo divino;
6. compreender que nos processos mais sutis de meditação esses *tattvas* são experimentados pelo praticante;
7. perceber em seu íntimo: *iti śivam* – tudo isto é da natureza de Deus.

Considerações finais

Isto é realmente apenas um fragmento do que essa poderosa filosofia tem a nos oferecer. Para se ter uma idéia, os *tattvas* aqui apresentados (ainda que de maneira muito resumida) são apenas um tópico do que é chamado de *ṣadadhvā* ou os "seis (*ṣaḍ*) cursos (*adhvā*)". Esses "seis cursos" formam um conjunto ainda mais avançado e superior de compreender a "construção" do universo, tanto em nível do que chama-

mos de manifesto quando o de imanifesto. Neles há uma explicação dos planos que formam cada *tattva,* bem como os mundos que existem neles, e há também uma descrição como cada um dos *tattvas* têm correspondência com uma das letras do alfabeto sânscrito.

Para finalizar, lembremo-nos do ensinamento do grande *siddha Vasuguptācārya*:

Iti vā yasya samvittiḥ krédātvenākhilam jagat sa pushyan satatam yukto jī vanmukto na samśayaḥ

Aquele que continuamente percebe o universo inteiro como um jogo da Consciência universal atingiu realmente a realização do Ser; ele está liberado neste corpo.[6]

Rafael José Kraisch é professor de Yoga em Joinville.
rafaelkraisch@pop.com.br

[1] *Pratyabhijñāhṛdayam* 1.

[2] KRAISH, Rafael. Introdução ao Śivaísmo da Caxemira, *Cadernos de Yoga*, n.6, outono, 2005, p.58-69.

[3] Esses termos se referem a todo o conjunto de níveis que vão desde os demoníacos até os divinos.

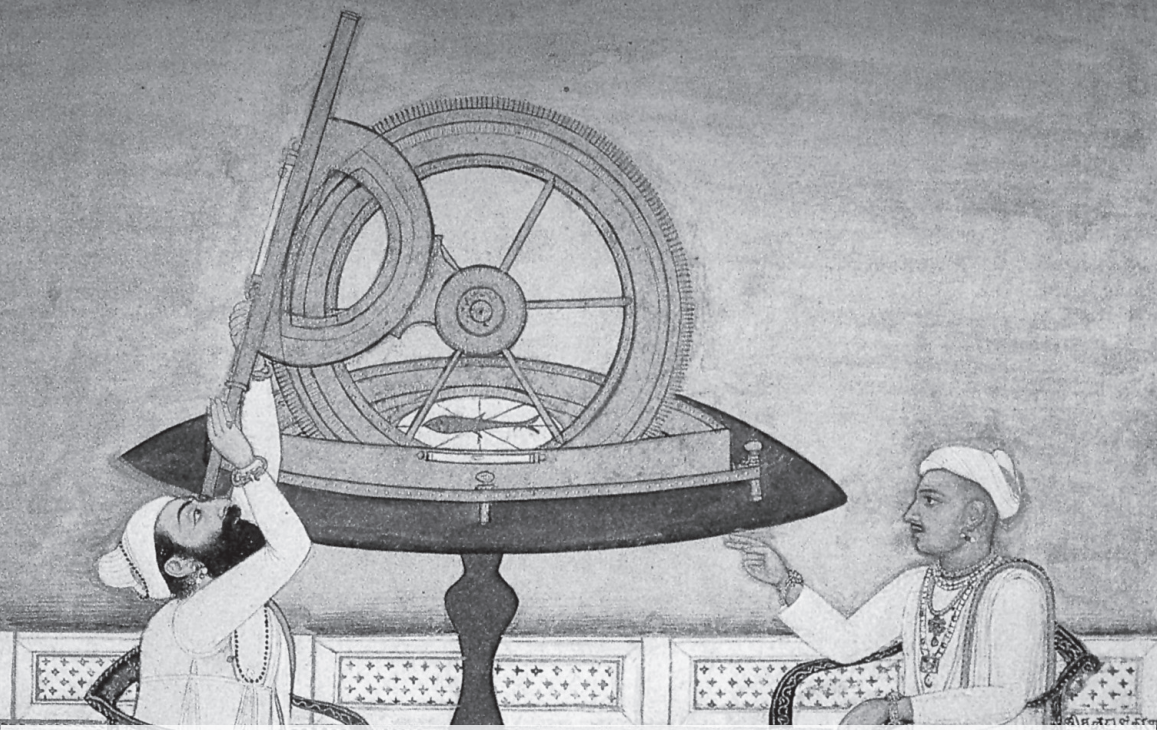
[4] O Sāṁkhya e o Advaita Vedānta floresceram respectivamente nos séculos 4 e 9 d.C., enquanto que a primeira manifestação do Śivaísmo da Caxemira ocorreu no início do século 10 d.C.

[5] Essa teoria recebe o nome de *sat-kāryavāda*, que denota que o efeito (*kārya*) já está preexistente (*sat*) na causa, isto é, cada *tattva* já existe de forma potencial naquele que o precede (isto é melhor entendido no diagrama aqui apresentado) o que ao final mostra-se que o universo não poderia vir à existência se ele já não estivesse de forma potencial em *Parama-śiva*.

[6] *Spanda Śāstra*.

Conhecimento e astronomia vêdicos

por Subhash Kak



A astronomia nos proporciona dicas importantes sobre a natureza do sistema vêdico e também nos proporciona meios para descodificar as referências de relevância cronológica nos Vedas.

Astrônomos fazendo observações. 1840. Miniatura Mughal.
Fonte: MICHAUD, Roland e Sabrina. Mirror of India. London: Thames and Hudson, 1990, ilustração 61.

Devido à precessão da Terra (o movimento do eixo terrestre apontando para diferentes estrelas no decorrer do tempo)[1], as estações mudam a uma medida de cerca de um mês a cada dois mil anos. Algumas observações vêdicas marcam o início do ano e o equinócio vernal em Órion; esse era o caso por volta de 4500 a.C. Há outras referências astronômicas do milênio subseqüente. Isso indica um longo período de tempo em que a astronomia evoluiu para uma ciência.

Altares de fogo que utilizam embasamentos da astronomia foram encontrados nas cidades da Índia do terceiro milênio. Os textos que descrevem o seus desenhos são datados, de forma conservadora, como do primeiro milênio a.C., mas o conteúdo deles aparenta ser muito mais antigo. Baseando a sua análise no teorema de Pitágoras, na Grécia, Babilônia e Índia, o historiador da ciência A. Seidenberg concluiu que o conhecimento contido nesses textos – *Śulba Sūtras* – são de, pelo menos, 1700 a.C. Evidências arqueológicas mais recentes, juntamente com as referências astronômicas dos textos, sugerem que esse conhecimento pertence ao terceiro milênio a.C.

Altares de fogo que utilizam embasamentos da astronomia foram encontrados nas cidades da Índia do terceiro milênio.

O *Vedāṅga Jyotiṣa*, o texto que descreve alguns dos conhecimentos astronômicos dos tempos do ritual do altar, possui uma data interna de *ca*. 1350 a.C. - obtida através de sua asserção de que o solstício de inverno estava no asterismo[2] *Śraviṣṭhā* (*Delfim*). Descobertas arqueológicas recentes apóiam essa data remota e, assim, esse livro ganha grande importância no entendimento da mais antiga astronomia.

Os rituais vêdicos foram baseados em tempos para as luas cheias e novas, os solstícios e os equinócios. O ano era tido como algo mais de 365 dias e um pouco menos do que 366 dias. O ano solar foi registrado de maneiras variadas em diferentes tradições astronômicas que marcaram o mundo vêdico. Em uma tradição, um tempo extra de onze dias

foi adicionado ao ano lunar de 354 dias. De acordo com outro texto, cinco dias a mais são necessários no decorrer do ano nominal de 360 dias para completarem-se as estações, visto que quatro dias é pouco e 6 dias demais.

Veda significa "conhecimento" em sânscrito. Os tempos vêdicos iniciais eram caracterizados pela composição de hinos que eram agrupados em quatro livros. O mais antigo desses livros é o *Ṛg Veda*; o que lida com a performance dos rituais é chamado *Yajurveda*.

A idéia central por trás do sistema vêdico é a noção de *bandhu*, conexões entre o astronômico, o terrestre e o fisiológico. Essas conexões foram descritas em termos de números ou de outras características. Um exemplo são os 360 ossos de uma criança (que posteriormente fundem-se para os 206 ossos de um adulto) e os 360 dias do ano, e assim por diante. Apesar de os livros vêdicos freqüentemente discorrerem sobre fenômenos astronômicos, foi apenas recentemente que a essência astronômica dos Vedas foi examinada. Pode-se perceber uma base plausível por trás das equivalências. Pesquisas mostram que toda a vida vem com os seus relógios internos. Organismos vivos possuem ritmos que são correlacionados com os períodos do Sol ou da Lua. Há relógios biológicos de 24 horas muito precisos (de acordo com o dia); 24 horas 50 minutos (de acordo com o dia lunar, pois a Lua nasce, *grosso modo*, 50 minutos mais tarde a cada dia); ou a sua metade, representando as marés, 29,5 dias (o período de uma lua nova até a próxima); e o ano. Ritmos mensais, tendo em média 29,5 dias, são refletidos nos ciclos reprodutivos de várias plantas marinhas e no dos animais.

A idéia central por trás do sistema vêdico é a noção de *bandhu*, conexões entre o astronômico, o terrestre e o fisiológico.

O período menstrual é um mês sinódico, e a duração média da gravidez é de nove meses sinódicos. Há outras periodicidades biológicas de durações mais longas.

A astronomia dos altares de fogo da Índia dos tempos vêdicos mostra que esse tipo de conhecimento era também codificado na organização do *Ṛg Veda*, que era tido como um altar simbólico de hinos. Isso é amplamente descrito em meu livro *The Astronomical Code of the Rgveda*[3] (*O código astronômico do Rgveda*). Examinar o *Ṛg Veda* é de grande importância, pois esse antigo livro foi preservado com uma inacreditável fidelidade. Esta fidelidade foi atingida lembrando-se do texto não apenas como uma seqüência de sílabas (e palavras), mas também através de várias diferentes permutações dessas sílabas.

Outros livros da mesma idade, como o *Śatapatha Brahmāṇa*, declaram que o número de sílabas e de versos do *Ṛg Veda* está de acordo com um plano astronômico. O *Ṛg Veda* pode ser considerado um monumento mundial da Antiguidade.

A astronomia dos altares de fogo da Índia dos tempos vêdicos mostra que esse tipo de conhecimento era também codificado na organização do *Ṛg Veda*, que era tido como um altar simbólico de hinos.

Parece que o fato de a tradição insistir para que nem mesmo uma só sílaba do *Ṛg Veda* fosse alterada, veio de uma tentativa de estar em concordância com os fatos astronômicos observados.

Rituais vêdicos eram geralmente feitos em um altar. O desenho do altar era baseado em números astronômicos relacionados com a reconciliação dos anos lunar e solar. Ritos vêdicos tinham a intenção de marcar a passagem do tempo. Uma parte considerável dos rituais lida com a construção do altar. Os altares de fogo simbolizam o universo e há três tipos de altares, representando a terra, o espaço e o céu. O altar para a terra era desenhado como um círculo, enquanto que o altar do céu (ou paraíso) era desenhado como um quadrado. Os problemas geométricos da circularidade de um quadrado e a quadradibilidade de um círculo eram o resultado da equação dos altares da terra e do céu.

Os altares de fogo eram cercados por 360 pedras delimitadoras. Destas, 21 estavam dispostas em volta do altar da terra, 78, em volta do altar

do espaço, e 261, em volta do altar do céu. Em outras palavras, a terra, o espaço e o céu eram simbolicamente designados com os números 21, 78 e 261. Considerando-se a dicotomia terra/cosmo, os dois números são 21 e 339; já que o cosmo inclui o espaço e o céu.

O altar principal era uma área tida como sendo equivalente ao ano nominal de 360 dias. Porém, a cada ano subseqüente, o formato deveria ser reproduzido com um aumento da área em uma unidade.

Os antigos indianos falavam de dois "anos": (1) lunar, que é uma fração a mais do que 354 dias (360 *tithis*); e (2) solar, que é um pouco mais de 365 dias (entre 371 e 372 *tithis*). Um ritual de altar bem conhecido diz que os altares devem ser construídos em uma seqüência de 95, com aumentos progressivos nas áreas. O aumento da área de uma unidade anualmente, fazendo-se construir progressivamente altares de fogo maiores, é de 48 *tithis*, que é praticamente igual à intercalação necessária para fazer o ano lunar em *tithis* igual ao ano solar em *tithis*. Porém há um excesso residual que em 95 anos somará 89 *tithis*. Parece que, depois desse período, foi feita uma correção. O ciclo anual de 95 corresponde ao ano tropical como sendo igual a 365,24675 dias. Os ciclos necessários para se harmonizar vários movimentos levou ao conceito de aumentar períodos e tempos do mundo.

O *Ṛg Veda* está dividido em dez livros, com um total de 1.017 hinos, que são colocados em 216 grupos. Serão esses números acidentais ou há algum plano deliberado por trás da escolha?

O número de sílabas no *Ṛg Veda* confirma as referências textuais de que o livro deveria representar um altar simbólico. De acordo com vários textos recentes, o número de sílabas no *Ṛg Veda* é 432.000, que é o número de *muhūrtas* (1 dia = 30 *muhūrtas*) em quarenta anos. Na realidade, a contagem de sílabas é, de certa forma, um pouco menor, porque algumas sílabas são supostamente feitas para não serem pronunciadas.

A contagem dos versos do *Ṛg Veda* pode ser vista como o número de dias *celestes* em quarenta anos ou 261 x 40 = 10.440, e a contagem de todos os versos dos Vedas é 261 x 78 = 20.358.

O *Ṛg Veda* está dividido em dez livros, com um total de 1.017 hinos, que são colocados em 216 grupos. Serão esses números acidentais ou há algum plano deliberado por trás da escolha? Poder-se-ia esperar que, se o *Ṛg Veda* estivesse relacionado ao altar de cinco camadas descrito nos Brahmāṇas[4], os primeiros dois livros corresponderiam ao espaço intermediário entre a terra e o céu. Assim o número que representa o espaço é 78. Quando utilizado com o multiplicador 3, para os três mundos, isso dá um total de 234 hinos, que é, de fato, o número de hinos nesses dois livros. Poder-se-ia representar os livros do *Ṛg Veda* como os livros dos altares de cinco camadas (com dois livros em cada nível), como mostrados a seguir:

Livro	Versos	Livro	Versos
10	191	**9**	114
7	104	**8**	92
5	87	**6**	75
3	62	**4**	58
2	43	**1**	191

A escolha nesse arranjo deve ter sido impulsionada pela considerável regularidade contagem dos hinos. Portanto a conta de separação dos hinos, feita diagonalmente através das duas colunas, é 29 do livro 4 para o livro 5, e do livro 6 para o livro 7; é 17, na segunda coluna, do livro 4 ao livro 6 e do livro 6 ao livro 8. Os livros 5 e 7, na primeira coluna, também estão separados por 17; também os livros 5 e 7 somados são iguais tanto ao total do livro 1 quanto ao do 10. Outra regularidade é que as três camadas do meio são indexadas por ordem da esquerda para a direita, enquanto que as camadas inferiores e superiores estão numa seqüência oposta.

Indo mais adiante, livros 4 + 6 + 8 + 9 = 339, e esses livros podem ser tomados como a espinha do altar. A parte de baixo do altar agora consiste dos livros 2 + 3 + 5 + 7 = 296, e os livros "pés e cabeça", 1 + 10 = 382. Os números 296 e 382 são, cada um, a subtração de 43 do número fundamental do *Ṛg Veda*, o 339.

Os textos mencionam sobre os altares em *chandas* e metros; então esperaríamos que a contagem total dos hinos em 1.017 e a contagem grupal em 216 tivessem um significado particular. Devido à ideologia tripartida que perpassa os livros vêdicos, escolhemos olhar para o número dos hinos como 339 x 3. A ideologia tripartida refere-se à consideração do tempo em três divisões – passado, presente e futuro – e a consideração do espaço em três divisões – hemisfério celestial do norte, plano que está em um ângulo reto em relação ao eixo da terra e hemisfério celestial do sul.

Pode-se argumentar que outro paralelo com a representação do altar em camadas esteve presente no total 216. Já que o altar de hinos do *Ṛg Veda* tinha a intenção de, simbolicamente, levar-nos ao céu, a morada dos deuses, parece que o número 216 representa a distância tomada para separar a terra do céu; enquanto que 108 é a distância até o Sol. O código do *Ṛg Veda*, então, expressa uma conexão fundamental entre os números 339 e 108.

No modelo cósmico usado pelos antigos, a Terra está ao centro, e o Sol e a Lua orbitam a Terra em diferentes distâncias, com o Sol na metade do caminho para o céu. Se o número 108 foi tomado para representar simbolicamente a distância entre a Terra e o Sol, a questão que se levanta é por que isso foi feito. A resposta é evidente se considerarmos as reais distâncias do Sol e da Lua. O número 108 é, *grosso modo*, a distância média a que o Sol está, em termos do seu diâmetro, da Terra. Do mesmo modo, é também a distância média a qual a Lua está, em termos do seu diâmetro, da Terra. É devido a esta maravilhosa coincidência que os tamanhos angulares do Sol e da Lua, vistos da Terra, são praticamente idênticos. Ainda mais espantoso, o diâmetro do Sol é aproximadamente 108 vezes o diâmetro da Terra - mas é pouco provável que essa equação fosse parte do plano indiano.

É fácil calcular este número. A medição angular do Sol pode ser obtida um tanto facilmente durante um eclipse. A medição angular da Lua pode ser

feita em qualquer noite clara de lua cheia. Uma rápida conferência desta medição seria alguém segurar um bastão a uma distância que é exatamente 108 vezes o seu comprimento e confirmar que a medição angular é a mesma. No entanto o cálculo desse número requereria observações cautelosas.

O segundo número, 339, é simplesmente o número de discos (soma dos diâmetros) do Sol ou da Lua que medem o caminho através do céu: $\pi \times 108 = 339$.

Retornemos a mais um exame dos números 296, 339 e 382 no desenho do altar do *Ṛg Veda*. Sugeriu-se que "339" possui um significado óbvio como o número de etapas do Sol durante um dia médio ou o equinócio; e os outros números provavelmente possuem um significado similar. Em outras palavras, 296 é o número das etapas do Sol durante o solstício de inverno, e 382 é o número de etapas do Sol durante o solstício de verão.

Há também fortes evidências sobre os períodos de os planetas serem conhecidos e usados no código astronômico do *Ṛg Veda*.

Subhash Kak é indiano, mora nos EUA e leciona na Luisiana State University *(www.ece.lsu.edu/kak).*

Tradução de Rodrigo Gomes Ferreira
rodrigogf@yahoo.com

*Este texto faz parte do livro do autor "*The Wishing Tree: The Presence and Promise of India. *New Delhi: Munshirm Manoharlal, 2001", ainda sem tradução para o português.*

Notas

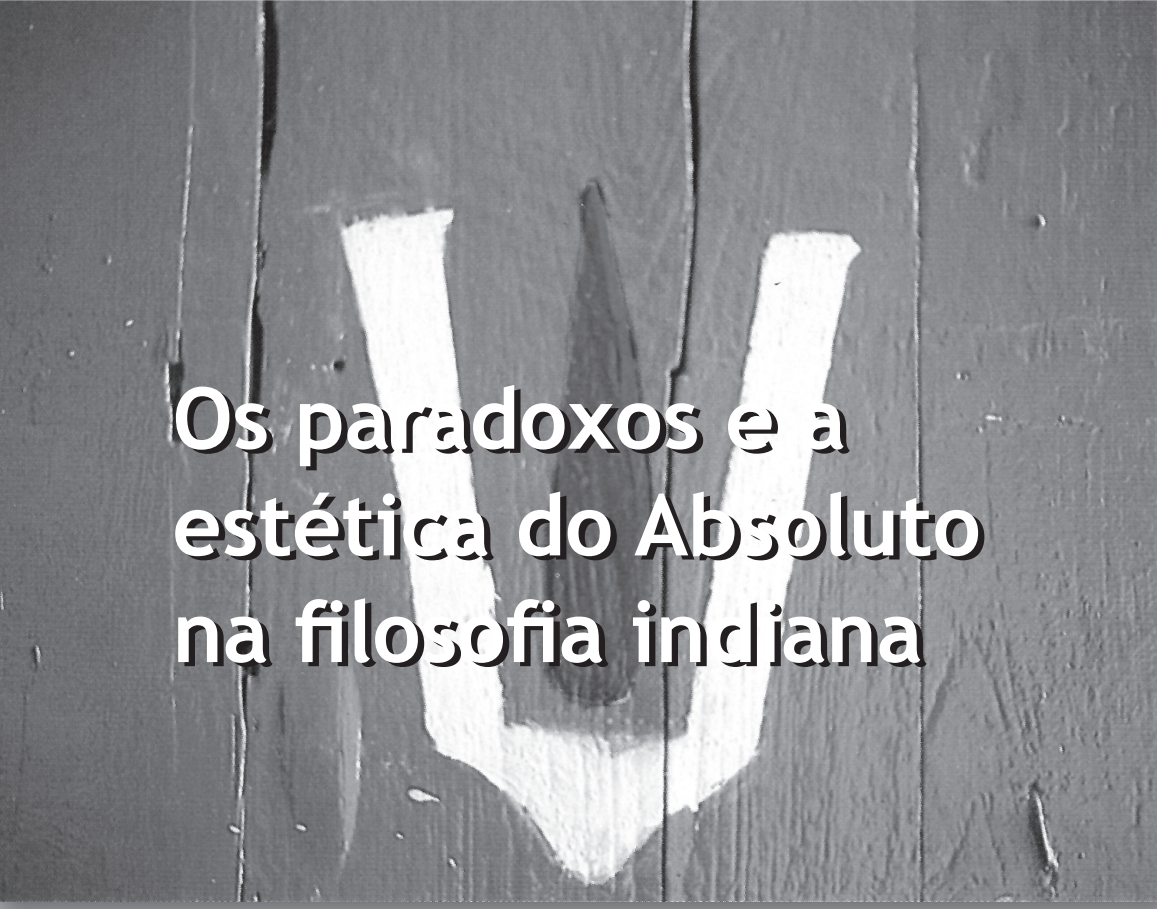
[1] Um ciclo completo de precessão dura cerca de 21.520 anos, ao fim dos quais o eixo norte apontará para a mesma estrela novamente. Devido a este movimento, o equinócio (data em que o dia e noite têm a mesma duração) de primavera passa a acontecer com a entrada do Sol em diferentes constelações da eclíptica. (WIKIPEDIA. Precessão. Disponível em: http://pt.wikipedia.org. Acesso em: 18 jul 2005.) [n.t.]

[2] Um asterismo é uma reunião de estrelas, dentro de uma constelação, que forma um desenho aparente quando visto da Terra. (OBSERVATÓRIO NACIONAL. Asterismo. Disponível em: <http://www.on.br/glossario>. Acesso em: 18 jul 2005. [n.t.]

[3] *The Astronomical Code of the Rgveda.* Aditya Prakashan, 1994. Munshiram Manoharlal, 2000. Sem tradução para o português. [n.t.]

[4] Brahmāṇas são "tratados rituais revelados aos sacerdotes vêdicos..." (KUPFER, Pedro. *Dicionário de Yoga*. 3ª ed. Florianópolis: Instituto Dharma, 2001, p.49.) [n.t.]

yoga.pro.br
O maior segredo do Yoga
é que não há segredo algum.
O Yoga é um livro aberto
para quem quiser ler.
Leia a nova página
www.yoga.pro.br



Os paradoxos e a estética do Absoluto na filosofia indiana

por Loka Sākṣī Dāsa

A filosofia indiana é geralmente conhecida por seu idealismo panteísta. Mas toda a história da filosofia na Índia foi construída a partir do debate crítico entre as duas grandes vertentes do hinduísmo: o idealismo gnóstico de Śaṅkara e o realismo teísta dos *vaiṣṇavas*. Enquanto Śaṅkara reduz toda a natureza fenomenal a uma grande ilusão (*māyā*) e a sua relação com o Absoluto como sendo *anir-vacanīya* (indescritível), os *vaiṣṇavas* aceitam a realidade da unidade, e a diferença simultânea do Absoluto com suas energias (as almas e o mundo). Sua relação seria *acintya* (inconcebível) e baseada numa estética espiritual (*bhakti-rasa*) que seria o arquétipo de todos os relacionamentos humanos.

Tilaka, marca na parede de um templo vaishnava do sul da Índia. O tilaka é a marca ritual dos seguidores de Vishnu.
Fonte: MOOKERJEE, Ajit. Ritual Art of India. New Delhi: Timeless Books, 1998, ilustração 79.

Introdução

Na Índia, a palavra em sânscrito utilizada para designar "filosofia" é "*darśana*", que vem da raiz verbal "*dṛś*" (ver ou observar) e que significa, literalmente, "ponto de vista"[1]. Os sábios hindus tinham discernimento para observar as coisas com seu olho interno, com sua visão intuitiva. Não se procuravam unicamente uma atitude racional crítica – já se conhecia os limites da razão – mas sim um cultivo gradual das potencialidades humanas internas, sempre dentro do molde prático de uma disciplina. Assim, a filosofia oriental sempre foi seguida pela prática de alguma forma de exercício de Yoga, ascetismo, meditação, oração e culto. O conceito hindu de razão era o de uma razão superior, que se igualava à razão divina. Daí a necessidade de sempre relacionar (ou correlacionar) e autenticar o *insight* filosófico ou místico individual, com a revelação universal encontrada nas escrituras *vêdi*cas. Essa é a característica dos *darśanas* ortodoxos hindus.

Tanto na Índia como no Ocidente, uma questão sempre se apresentou ao pensamento filosófico: a da relação entre Deus e o homem, entre o Absoluto e o mundo da experiência finita, entre o número e o fenômeno. A síntese desse debate se coloca, pelo paradoxo, numa superação do pensamento racional puro, o que prepara, nas asas do misticismo, a busca estética do relacionamento amoroso na transcendência.

A relação número-fenomenal

O problema da relação entre Deus e o homem tem sido conduzido de duas formas: alguns pensadores, enfatizando a distinção essencial entre o infinito e o finito, aceitam a transcendência absoluta de um sobre o outro; enquanto outros, enfatizando a identidade de ambos, consideram Deus como imanente no espírito humano e no mundo fenomenal[2].

No Ocidente, a visão de um Deus transcendente ganhou notoriedade na Europa, com o surgimento do individualismo no século XVIII. Para Leibniz, por exemplo, Deus era uma deidade extra-mundana, sem conexão alguma com o homem e o mundo finito. Ele era a mônada das mônadas, a mônada suprema, absolutamente auto-suficiente e eternamente fechado para outros seres e mônadas. Inexistia qualquer tipo de relação imediata entre Deus e o homem[3].

As dificuldades desse tipo de filosofia eram óbvias. Muita ênfase na transcendência de Deus dava lugar a um tipo de deísmo mecânico; Deus se reduzia a uma grande primeira causa. Como um relojoeiro, Ele cria a maquinaria do mundo, de uma vez por todas, e, sem interferir mais nela, meramente se contenta em "observá-la funcionar". Além do fato de que tal Deus dificilmente satisfaz a consciência religiosa, a posição deísta cria ainda um abismo intransponível entre Deus e o homem, enfraquecendo a noção essencial da unidade entre todos os seres. Assim, Leibniz perde-se na explicação da unidade ou harmonia das coisas sendo conduzido, no final, a essa mesma conclusão, através de sua crença na harmonia pré-estabelecida do universo. Isso sem considerar que dualismo e pluralismo são conseqüências inevitáveis da filosofia da transcendência, e sugerem limitações na liberdade absoluta e na perfeição infinita de Deus. Em Kant, a insistência na transcendência conduzem a um agnosticismo irremediável: o universo é bifurcado em número e fenômeno – o mundo dentro e fora da experiência. Deus é considerado como uma realidade que faz parte do mundo numenal, como a coisa-em-si incognoscível, em toda a sua pureza primitiva, que a razão humana não ousa tocar e contaminar[4].

Tanto na Índia como no Ocidente, uma questão sempre se apresentou ao pensamento filosófico: a da relação entre Deus e o homem, entre o Absoluto e o mundo da experiência finita, entre o número e o fenômeno.

A imanência, por sua vez, é enfatizada por Hegel. Ele se revolta contra o agnosticismo de Kant e insiste na imanência da razão divina

no mundo. Mas a ênfase indevida na imanência, em Hegel, levou à identificação de Deus com o mundo da experiência. Considera-se, então, que o mundo é o pensamento de Deus e que os diferentes pensadores finitos são funções ou modos da autoconsciência universal. As almas finitas são desprovidas de sua existência independente e feitas sombras de Deus.

Sob outro ponto de vista, quando identifica a experiência humana com a experiência divina, Hegel virtualmente nega qualquer realidade para um Deus em si mesmo. Ele considera a história da humanidade como um processo necessário através do qual Deus torna-se autoconsciente. A doutrina da evolução, sem dúvida, é uma das suas contribuições mais importantes à filosofia. Mas, quando identifica as fontes divinas e a meta da evolução como sendo as manifestações humanas mais elevadas, ele se coloca na mesma posição dos materialistas. Deus não é mais só auto-existente, mas a Sua existência depende do aparecimento do homem, que é idêntico ao Seu auto-aperfeiçoamento final.

Muita ênfase na transcendência de Deus dava lugar a um tipo de deísmo mecânico; Deus se reduzia a uma grande primeira causa.

Para desembaraçar o Absoluto hegeliano dessa dificuldade, é necessário insistir em sua existência independente e transcendência absoluta de todas as nossas categorias de pensamento e de "ser". Isso leva ao panteísmo ou acosmismo que, ao admitir a existência de uma substância indiferenciada e todo-abrangente como a realidade única, rejeita a existência finita, considerando-a uma espécie de ilusão. Na filosofia ocidental, esse tema encontra sua principal expressão em Spinoza e no Neoplatonismo, enquanto na Índia temos o Advaita Vedānta, que tem como seu principal expoente Śaṅkara (788-820 d.C.)[5].

Tanto Espinosa como Śaṅkara, em vez de explicar a relação existente entre o finito e o infinito, saem da situação cancelando um dos termos

da relação. Espinosa descreve o finito como uma manifestação dos atributos da substância indiferenciada, que na verdade não lhe pertence, mas lhe é sobreposta. Śaṅkara descreve isso como o resultado de *upādhis ou* condicionamentos. Desde que a natureza de uma falsidade, ilusão ou *upādhi* é o de "não-existência", não pode haver o problema de relação. Mas o problema, que o panteísmo tenta de alguma forma descartar, lhe retorna de outra forma, ainda mais complicada. Pois, apesar de se buscar eliminar o finito, por ser não-existente, esse finito ainda persiste na forma de sua aparência, que não pode ser negada. O problema da relação entre o finito e o infinito, apesar de aparentemente resolvido, reaparece na forma do problema da relação entre "aparência" e "realidade", que Spinoza e Śaṅkara não conseguem resolver[6].

A síntese necessária e o Vedānta

A história da filosofia nos mostra que nem a imanência e nem a transcendência podem resolver o problema da relação entre Deus e o mundo. Os conceitos de identidade e diferença são ambos inadequados para descrever a natureza das coisas. A ênfase exclusiva em um leva à negação virtual do mundo, considerado uma ilusão, enquanto a ênfase exclusiva no outro bifurca a realidade em duas e cria um abismo intransponível entre Deus e o mundo. Ambos conceitos, entretanto, parecem ser igualmente necessários. Identidade é uma exigência indispensável da razão e a diferença é um fato inegável da experiência. A síntese ideal de identidade e diferença deveria ser a meta buscada pela filosofia. Mas essa síntese, apesar de necessária, não é possível, ou pelo menos concebível. Este é o teste final da lógica humana: ela é deficiente. Mas a lógica do infinito tem êxito onde a lógica

Identidade é uma exigência indispensável da razão e a diferença é um fato inegável da experiência. A síntese ideal de identidade e diferença deveria ser a meta buscada pela filosofia.

humana fracassa. No ser perfeito, não há conflito entre necessidade e possibilidade. O que é necessário, é verdadeiro[7].

O Vedānta, que constitui a síntese da metafísica e a conciliação de todo o conhecimento contido nos Vedas e Upaniṣads, vincula muito bem esse problema. Generalizações superficiais têm identificado o Vedānta com a filosofia de Śaṅkara, apesar de toda a história da filosofia na Índia ter sido construída a partir do debate filosófico entre as duas principais vertentes do hinduísmo, o Smārta e o Vaiṣṇava. Temos, assim, duas grandes linhas de interpretações do Vedānta: a do "idealismo panteísta" de Śaṅkara[8] e a do "realismo teísta" dos mestres *vaiṣṇavas*, tais como Ramānuja (1017-1137 d.C.), Madhva (1238-1317 d.C.), Nimbārka (séc. XII) e Caitanya (1485-1533 d. C.).

O paradoxo em Śaṅkara e Caitanya

Segundo os *vaiṣṇavas* o Absoluto, ou Brahman, é a causa material do mundo. Mas, de acordo com Śaṅkara, o mundo é apenas uma superposição no Brahman, causado pela ignorância (*ajñāna*). Para ele, Brahman não se submete a nenhuma mudança durante a criação, já que a aparência do mundo é meramente uma projeção, como uma miragem. Mas, segundo os *vaiṣṇavas*, Brahman, de alguma forma, sofre uma mudança real[9].

Generalizações superficiais têm identificado o Vedānta com a filosofia de Śaṅkara, apesar de toda a história da filosofia na Índia ter sido construída a partir do debate filosófico entre as duas principais vertentes do hinduísmo, o Smārta e o Vaiṣṇava.

Para Śaṅkara, *māyā*, a natureza material não é real, porque o Brahman é a única realidade; mas ela também não é irreal porque produz as aparências do mundo. Ela é ao mesmo tempo real (*sat*) e irreal (*asat*). Ela é indeterminada e indescritível (*anir-vacanīya*). Ela é sem começo (*anadi*), mas tem um fim (*ananta*), uma vez que é cancelada com a liberação (*mukti*).

Brahman é a verdadeira natureza do universo. O que faz o universo parecer real é *māyā*. *Māyā* é o poder de Brahman e sua função é esconder o real e projetar o irreal. Quando ela se projeta na mente individual é chamada *avidya* (ignorância)[10].

Segundo Caitanya, a chave para a solução do problema encontra-se no poder inconcebível (*acintya-śakti*) de Deus, pelo qual os conceitos de identidade e diferença são transcendidos e conciliados numa síntese superior. É possível para o Absoluto, ou Brahman, ser diferente e simultaneamente igual ao mundo, criar o mundo em si próprio, e permanecer fora dele. Isso não pode ser explicado pela razão. Transcendência e imanência seriam aspectos associados de uma unidade permanente em Deus. Essa é a doutrina de *acintya-bhedābheda* (inconcebível diferença e igualdade simultânea), que considera Deus (Īśvara), as almas (*jīvas*) e a natureza (*prakṛti* ou *māyā*) como sendo todos reais e, de uma forma inconcebível pela razão (*acintya*), simultaneamente iguais e diferentes.

O aspecto imanente de Deus é chamado "Paramātman", enquanto Seu aspecto transcendente, com todo Seu esplendor de perfeições, potências e atributos infinitos é denominado "Bhagavān". Essa concepção de Caitanya baseia-se num famoso verso do *Bhāgavata Purāṇa*: "Videntes conhecedores do Absoluto chamam essa essência não-dual de Brahman, Paramātmā e Bhagavān"[11].

Esse texto expressa como a Verdade absoluta pode ser realizada diferentemente como Brahman – o Ser ou existência impessoal onipresente – Paramātman – a Superconsciência imanente em todos os seres – e Bhagavān – a personalidade transcendental da divindade.

A ênfase exclusiva de Śaṅkara na identidade e unidade, bem como sua doutrina que vê Brahman como a única realidade e o mundo e as almas como aparências ilusórias, não são aceitas pelos *vaiṣṇavas*. Para Caitanya, Deus, as almas e o mundo são realidades inseparáveis. Mas, ao mesmo tempo, distintas umas da outras. Deus é imutável e Suas

potencias (*śaktis*) se manifestam como as almas e o mundo. Na criação, Deus não se transforma, é a sua potência material que se transforma. Dá-se o exemplo do fogo e de suas energias de calor e luz: as energias se transformam, no ato de cozinhar e iluminar, mas o fogo permanece à parte, imutável. A distinção é tão importante quanto a identidade. Segundo eles, nem a categoria da identidade nem a categoria da diferença pode expressar adequadamente a relação existente entre Deus, a energia ilusória (*māyā*) e o universo. Conscientes da dificuldade lógica que existe em reconciliar identidade com diferença no mesmo ponto de vista, os seguidores de Caitanya chamaram essa relação de "*acintya*" ou "inconcebível para a razão humana".

Temos, entretanto, que distinguir o conceito de *acintya* (inconcebível), como compreendido na escola de Caitanya, do conceito de *anir-vacanī ya* (indescritível) no Advaita Vedānta de Śaṅkara. O Brahman e suas potências (*śaktis*), segundo Caitanya, são *acintya*, mas não *anir-vacanī ya*. *Acintya* é aquilo que não é lógico, um "paradoxo", mas que deve ser aceito unicamente com base na autoridade da revelação[12].

As potências infinitas e inconcebíveis

Segundo Caitanya, a potência de Deus é infinita, inconcebível e Lhe é intrínseca. Ou seja, seus poderes não são limitados nem pelo tempo, nem pelo espaço, pois só Ele pode criar o tempo e o espaço.

O poder só pode ser conhecido ou concebido pelo seu exercício. Concebe-se, portanto, três energias que são partes integrantes da potência de Deus: 1) *jagat* ou *māyā-śakti*, a energia externa, que é o atributo de criar e manifestar a existência fenomenal, o mundo material; 2) *tataṣṭhā* ou *jīva-śakti*, a energia marginal, que é o atributo de poder manifestar as almas individuais; 3) *cit-śakti*, a energia interna, que é o atributo de exibir a existência espiritual perfeita, o mundo espiritual arquetípico.

Juntos, esses atributos formam a potência suprema chamada *parā-śakti*. Apesar dessa *śakti* suprema não ser diferente de Deus, seus atributos

se manifestam separadamente, em ações distintas. Bhagavān ou Deus, sendo a vontade suprema, acima de qualquer moral, exerce Seus poderes infinitos, enquanto permanece inalterado por eles. Não podemos compreender isso com a razão lógica, mas sentir na alma como verdade intuitiva.

A alma individual, por posição constitucional (*svarūpa*), situa-se entre o mundo material (*māyā-śakti*) e o mundo espiritual (*cit-śakti*). Daí ser também chamada de energia marginal. No exercício do seu livre arbítrio, ela pode escolher entre associar-se com a energia material e ser iludida por ela, esquecendo-se de sua essência espiritual ou, em consciência plena, viver em harmonia com a natureza espiritual agindo como servo eterno de Deus.

Os sentimentos estéticos das Rasas

Para Śaṅkara, a única realidade é o Ser, impessoal, informe, não-qualificado e sem atributos; toda a diversidade e variedade (*viśeṣa*), por ser produto de *māyā*, são ilusões. Mas, para Caitanya, somente a variedade material é ilusória, por ser temporária e baseada na dualidade. A variedade material é um reflexo ou sombra da variedade encontrada na energia espiritual. Na energia espiritual, pelo contrário, a vida é governada pela lei da unidade, pela lei da harmonia. O amor é a lei da harmonia em sua forma mais elevada.

O amor espiritual, que é eterno, não se confunde com a paixão transitória e ilusória do mundo material, mas identifica-se com *bhakti*, a devoção amorosa ou amor a Deus. Rūpa Gosvāmī (1489-1564 d.C.) define a forma mais elevada de *bhakti* como sendo a busca desinteressada e ininterrupta de Deus, sem nenhum interesse no conhecimento ou em atividades morais[13]. Essa devoção tem muitas nuanças, que recebem o nome de *rasa* ou *bhakti-rasa*.

Rasa significa "suco" ou "gosto". Ele representa o que é essencial em qualquer coisa que possamos experimentar, o sentimento que extraímos de

qualquer coisa ou de qualquer relacionamento. Na filosofia Vaiṣṇava ou Bhāgavata, ele se refere à experiência estética última na transcendência – o relacionamento amoroso com a Divindade, a plenitude ou satisfação emocional da alma[14]. O conceito de *rasa*, portanto, é muito amplo, indo além da questão ontológica do ser – no Brahman – e mais além ainda da questão moral da consciência ou conhecimento – no Paramātman. Ele é um princípio eterno, relacionado com a questão estética, no relacionamento espiritual da alma com Deus. As Upaniṣads descrevem Deus (Bhagavān) como a personificação ou oceano de *rasa*. A *rasa* nos dá um *insight* sobre quem e o quê verdadeiramente somos no mundo espiritual. Na *Taittirīya Upaniṣad* afirma-se que "A realidade última é *rasa*, ou seja, doçura ou experiência espiritual estética; unicamente ela pode dar a bem-aventurança"[15].

Na rasa espiritual as almas – umas com as outras e todas com o maravilhoso Senhor – atuam liberadas no mundo espiritual, sendo transcendentais ao tempo e espaço materiais.

Bhakti, a devoção amorosa ou amor por Deus, é um modo ou função (*vṛtti*) da potência espiritual de bem-aventurança de Deus[16]. Não deve ser considerada como um mero produto de *māyā*, a energia material. *Bhakti-rasa* não é uma mera sublimação do amor e da paixão humanos. Pelo contrário, a nossa carência emocional e estética deriva da expectativa absoluta que temos e que nos leva a idealizar as "*rasas* mundanas". Isso demonstra a natureza arquetípica da natureza espiritual pois, tanto os artistas como o místico, são amantes que se desconhecem e se descobrem.

Conclusão

O pensamento dos sábios indianos não se bastou nas especulações filosóficas, que o elevou no hinduísmo, bem além do ritualismo brâmane. Não se contentou também com o idealismo que exaltava a fusão da existência individual em Deus, num *nirvāṇa* gnóstico. O reconhecimento dos paradoxos da razão no Absoluto realizou-se plenamente somente quando, em direção inversa ao Ocidente, ocorreu o renascimento de *bhakti* – a busca do amor divino.

Essa espiritualidade que, nas cores de uma devoção prática e popular, resgatou a estética das emoções puras – nas artes, na música, nas

danças e nos dramas – também formatou a civilização de sabedoria e do misticismo transformador.

Esse patrimônio espiritual da humanidade, assim como o fez no passado, hoje também está atraindo e contribuindo para a "Nova Era" emergente que, na globalização planetária, permitirá que o aleijado tecnológico do Oriente possa andar nas costas do cego do Ocidente que, por sua vez, poderá enxergar com a visão de sabedoria do Oriente.

Loka Sākṣi Dāsa (Lúcio Varela) é mestrando em Ciência da Religião (UFJF), brâmane iniciado no Vaiṣṇava e instrutor de Yoga, sânscrito, Filosofia, Teologia e cultura vêdica.

lokasaksi@aol.com

Este artigo foi apresentado no Projeto Ágora - Ciclo Permanente de Debates em Ciências Humanas, Filosofia e Letras, organizado pelo Instituto de Ciências Humanas e Letras da UFJF, em 17 de janeiro de 2003.

Notas

[1] ZIMMER, Heinrich. *Filosofias da Índia*. São Paulo: Editora Palas Athena, 1986, p. 419.

[2] KAPOOR, O.B.L. *The Philosophy and Religion of Sri Caitanya*. Nova Déli: Munshiram Manoharlal, 1976, p. 150.

[3] *Idem*, p. 150.

[4] *Idem*. p. 150.

[5] *Idem*, p. 151.

[6] *Idem,* p. 151.

[7] *Idem*, p. 151-152.

[8] Que é a base filosófica do Smārta, o hinduísmo eclético, que se afasta das teologias vêdicas tradicionais (Vaiṣṇava, Śaiva e Śakta) pelo seu caráter eminentemente gnóstico. Śaṅkara, portanto, em sua exegese das escrituras vêdicas, reinterpreta todo o sistema religioso hindu desse ponto de vista.

[9] DUBE, Manju. *Conceptions of God in Vaisnava Philosophical Systems*. Varanasi: Sanjay Book Centre, 1984, p. 4.

[10] SHARMA, Chandradhar. *A Critical Survey of Indian Philosophy*. Nova Deli: Motilal Banarsidass, 1987, p. 252-253.

[11] *Vadanti tat tattva vidas tattvaṁ yaj jñānam advayam, brahmeti paramātmeti bhagavām iti śabdyate* (*Srīmad Bhāgavata Purāṇa*, 1.2.11).

[12] KAPOOR, O. B.L. *The Philosophy and Religion of Sri Caitanya*. Nova Déli: Munshiram Manoharlal, 1976, p. 162.

[13] SIMHA, Jadunath. *Indian Psychology*. v. 2. Deli: Motilal Banarsidass, 1985.

[14] TRIPURARI, Swami B. V. *Rasa – Love Relationship in Transcendence*. Oregon, USA: Gaudiya Vaisnava Society, 1993, p. 105.

[15] *Raso vai saḥ rasaṁ hyevāyaṁ labdhvā" nandī* (*Taittirīya Upaniṣad*, 2.7).

[16] KAPOOR, O.B.L. *Experiences in Bhakti*. Nova Deli: Saraswati Jayasri Classics, 1994, p. 2

Śrī Dakṣiṇāmūrti Stotram

Tradução e
comentários por Gloria Arieira

Śrī Dakṣiṇāmūrti. Foto de uma escultura.
Disponível em: <www.himalayaninstitute.it/dakshina-murti.htm>. Acesso em: 13 jul 2005.

O *Śrī Dakṣiṇāmūrti Stotram* é um texto que não está nos Vedas, porém faz parte da tradição vêdica como um todo e de ensino do Vedānta. A forma como está escrito, em "*stotram*", indica que são versos para a oração, a reverência e o pedido de bênçãos a uma divindade. Este gênero textual também fala sobre a natureza de Deus, expondo atributos de alguma divindade – que neste caso é Dakṣiṇāmūrti. Este *stotram* foi composto por Śrī Śaṅkarācārya, o grande expoente do Advaita Vedānta; o que demonstra que o Advaita Vedānta não propõe um caminho somente intelectual. O texto possui cinco versos iniciais que são de saudações a Dakṣiṇāmūrti e os dez seguintes são o texto propriamente dito.

Tradicionalmente, estes versos são recitados antes do estudo do *Brahma Sūtra*, o último texto estudado segundo o ensino tradicional do Advaita Vedānta. Os versos do *Dakṣiṇāmūrti Stotram* são considerados difíceis, pois o sânscrito usado é complexo e já se inicia abordando questões sobre o Absoluto. Isto pode exigir que você tenha mais conhecimento, porém, de qualquer forma, a sua leitura dará um pouco de luz sobre aspectos importantes no Advaita Vedānta.

A divindade reverenciada, como já dito, é Śrī Dakṣiṇāmūrti. Trata-se de uma das formas de Śiva e simboliza o próprio Criador, Īśvara, como a origem da tradição de ensinamento, passada de mestre a discípulo, de forma ininterrupta, até os dias de hoje.

A imagem desta divindade é relativamente "simples", com vários símbolos, e pode ser uma boa opção de adoração para as pessoas com tendências mais abstratas. A palavra "*dakṣiṇā*", que siginifica "direita" (literalmente em sânscrito), também quer diúer "sul". Ou seja, "*dakṣiṇāmūrti*" significa "a forma (*mūrti*) que olha para o sul". As suas imagens, nos altares, estão sempre viradas para o sul; diferentemente de todas as outras *mūrtis* do hinduísmo, que estão sempre voltadas para o leste. O sul é a direção que representa a morte e Śrī Dakṣiṇāmūrti olha para o sul porque ele já a transcendeu, é imortal.

Há também alguns outros simbolismos interessantes na imagem em si que podemos citar.

Os cinco elementos estão presentes, o espaço representado pelo tambor, *ḍamaru*, que reproduz o som no espaço; o vento, por uma faixa segurando seus cabelos; o fogo, na forma de uma tocha em uma de suas mãos; a água, como um fluxo do rio Ganges que jorra de sua cabeça; e, finalmente, a terra simbolizada pela forma do corpo. Em suas mãos, ele tem os Vedas, uma *japa-mālā*, a *cinmudrā*, um gesto de conhecimento. Abaixo de Dakṣiṇāmūrti, mantida debaixo de seu pé, há uma figura interessante, que tem o corpo como de uma criança pequena, mas a cabeça de adulto. Esta figura representa os vários obstáculos para o conhecimento; características de imaturidade emocional, infantis, presentes num corpo adulto. Há também quatro discípulos, velhos sentados a volta do mestre que é jovem e, esta cena, representa o conhecimento que nunca envelhece enquanto as pessoas que buscam o conhecimento estão velhas, devido a vários nascimentos, mortes e sentimento constante de carência e ignorância de si mesmo. Outro simbolismo é o meio sorriso que ele sempre carrega, como alguém que está confortável consigo mesmo.

श्रीदक्षिणामूर्तिध्यानम्

śrīdakṣiṇāmūrtidhyānam

Versos de meditação para Śri Dakṣiṇāmūrti

मौनव्याख्याप्रकटितपरब्रह्मतत्त्वं युवानं वर्षिष्ठान्ते वसदृषिगणैरावृतं ब्रह्मनिष्ठैः ।
आचार्येन्द्रं करकलितचिन्मुद्रमानन्दरूपं स्वात्मारामं मुदितवदनं दक्षिणामूर्तिमीडे ॥१॥

maunavyākhyāprakaṭitaparabrahmatattvaṁ yuvānaṁ varṣiṣṭhānte
vasadṛṣigaṇairāvṛtaṁ brahmaniṣṭhaiḥ।

ācāryendraṁ karakalitacinmudramānandarūpaṁ svātmārāmaṁ
muditavadanaṁ dakṣiṇāmūrtimīḍe।।1।।

Eu saúdo Śri Dakṣiṇāmūrti , o primeiro e jovem Mestre, através de quem a verdade, que é o ilimitado Brahma, foi desdobrada através da explicação em silêncio; que esta cercado pelo grupo de sábios (discípulos), que são velhos, que permanecem como Mestre, [e] estão firmes no conhecimento de Brahma. Ele é o Senhor dos Mestres, formado na mão tem o símbolo "*cinmudrā*"; sua natureza é plenitude; ele se diverte consigo mesmo e tem a face alegre.

वटविटपिसमीपे भूमिभागे निषण्णं सकलमुनिजनानां ज्ञानदातारमारात्।
त्रिभुवनगुरुमीशं दक्षिणामूर्तिदेवं जननमरणदुःखच्चेददक्षं ॥२॥

vaṭaviṭapisamīpe bhūmibhāge niṣaṇṇaṁ sakalamunijanānāṁ
jñānadātāramārāt।

tribhuvanagurumīśaṁ dakṣiṇāmūrtidevaṁ
jananamaraṇaduḥkhaccedadakṣaṁ।।2।।

Eu saúdo Śri Dakṣiṇāmūrti, o Senhor, Mestre dos três mundos, o Destruidor da tristeza, nascimento e morte. Sentado no chão debaixo da árvore figueira da Índia, ele dá o conhecimento a todos os sábios perto [dele].

चित्रं वटतरोर्मूले वृद्धाः शिष्या गुरुर्युवा।
गुरोस्तु मौनं व्याख्यानं शिष्यास्तुच्चिन्नसंशयाः ॥३॥

citraṁ vaṭatarormūle vṛddhāḥ śiṣyā gururyuvā।

gurostu maunaṁ vyākhyānaṁ śiṣyāstuccinnasaṁśayāḥ।।3।।

Estranho! Na raiz da figueira da Índia estão discípulos velhos e o Jovem Mestre! Então é a explanação em silêncio do Mestre, mas os discípulos têm as dúvidas eliminadas.

निधये सर्वविद्यानाम्भिषजे भवरोगिणाम्।
गुरवे सर्वलोकानां दक्षिणामूर्तये नमः ॥४॥

nidhaye sarvavidyānāmbhiṣaje bhavarogiṇām।
gurave sarvalokānāṁ dakṣiṇāmūrtaye namaḥ।।4।।

Saudações a Śri Dakṣiṇāmūrti, reservatório de todos conhecimentos, médico para os que sofrem das doenças da existência, Mestre de todas as pessoas.

ॐ नमः प्रणवार्थाय शुद्धज्ञानैकमूर्तये।
निर्मलाय प्रशान्ताय दक्षिणामूर्तये नमः ॥५॥

om namaḥ praṇavārthāya śuddhajñānaikamūrtaye।
nirmalāya praśāntāya dakṣiṇāmūrtaye namaḥ।।5।।

Saudações a Śri Dakṣiṇāmūrti que é o significado da palavra *Oṁ*, cuja forma única é o puro conhecimento, que é puro, tranqüilo.

श्रीदक्षिणामूर्तिस्तोत्रम्

śrīdakṣiṇāmūrtistotram

Versos a Śri Dakṣiṇāmūrti

विश्वं दर्पणदृश्यमाननगरीतुल्यं निजान्तर्गतं
पश्यन्नात्मनि मायया बहिरिवोद्भूतं यदा निद्रया।
यः साक्षात्कुरुते प्रबोधसमये स्वात्मानमेवाद्वयं
तस्मै श्रीगुरुमूर्तये नम इदं श्रीदक्षिणामूर्तये ॥ १॥

viśvaṁ darpaṇadṛśyamānanagarītulyaṁ nijāntargataṁ
paśyannātmani māyayā bahirivodbhūtaṁ yadā nidrayā ।
yaḥ sākśātkurute prabodhasamaye svātmānamevādvayaṁ
tasmai śrīgurumūrtaye nama idaṁ śrīdakśiṇāmūrtaye ।। 1।।

Assim como o sonho, vendo dentro do próprio indivíduo um mundo como uma cidade vista no espelho, assim também tudo esta no Ātma e é visto como se fosse externo, devido à *māya*. No momento de realização, aquele vê claramente o eu livre de dualidade. Saudações a esse Mestre que é Śri Dakṣiṇāmūrti, o primeiro guru.

बीजस्यान्तरिवाङ्कुरो जगदिदं प्राङ्निर्विकल्पं पुनः
मायाकल्पितदेशकालकलनावैचित्र्यचित्रीकृतम्।
मायावीव विजृम्भयत्यपि महायोगीव यः स्वेच्छया
तस्मै श्रीगुरुमूर्तये नम इदं श्रीदक्षिणामूर्तये ॥ २ ॥

bījasyāntarivāṅkuro jagadidaṁ prāṅnirvikalpaṁ punaḥ
māyākalpitadeśakālakalanāvaicitryacitrīkṛtam ।
māyāvīva vijṛmbhayatyapi mahāyogīva yaḥ svecchayā
tasmai śrīgurumūrtaye nama idaṁ śrīdakśiṇāmūrtaye ।। 2।।

Assim como é o broto dentro da semente, este universo antes da criação estava em estado não-manifesto. De novo, criado por *māya*, uma grande variedade é produzida dentro do espaço-tempo. Assim como o mágico desdobra uma criação, assim também faz o grande yogui, à sua vontade. Saudações a esse Mestre que é Śri Dakṣiṇāmūrti.

यस्यैव स्फुरणं सदात्मकमसत्कल्पार्थकं भासते
साक्शात्तत्त्वमसीति वेदवचसा यो बोधयत्याश्रितान्।
यत्साक्शात्करणाद्भवेन्न पुनरावृत्तिर्भवाम्भोनिधौ
तस्मै श्रीगुरुमूर्तये नम इदं श्रीदक्षिणामूर्तये ॥ ३ ॥

yasyaiva sphuraṇaṁ sadātmakamasatkalpārthakaṁ bhāsate
sākśāttattvamasīti vedavacasā yo bodhayatyāśritān ।
yatsākśātkaraṇādbhavenna punarāvṛttirbhavāmbhonidhau
tasmai śrīgurumūrtaye nama idaṁ śrīdakśiṇāmūrtaye ।। 3।।

A criação, que é aparente, brilha devido ao brilho do Ātma, que é Consciência-Existência. Aquele Mestre faz com que seus discípulos qualificados tenham o conhecimento direto "aquele é você", através das palavras dos Vedas. Devido a este conhecimento direto, um novo retorno ou nascimento neste oceano de transformações não ocorrerá. Saudações a esse Mestre que é Śri Dakṣiṇāmūrti.

नानाच्छिद्रट्टटोदरस्थितहादीपप्रभाभास्वरं
ज्ञानं यस्य तु चक्शुरादिकरणद्वारा बहिः स्पन्दते ।
जानामीति तमेव भान्तमनुभात्येतत्समस्तं जगत्
तस्मै श्रीगुरुमूर्तये नम इदं श्रीदक्शिणामूर्तये ॥ ४ ॥

nānācchidraghaṭodarasthitahādīpaprabhābhāsvaraṁ
jñānaṁ yasya tu cakśurādikaraṇadvārā bahiḥ spandate ।
jānāmīti tameva bhāntamanubhātyetatsamastaṁ jagat
tasmai śrīgurumūrtaye nama idaṁ śrīdakśiṇāmūrtaye ।। 4।।

Assim como um pote com cinco aberturas e uma lâmpada com uma forte luz em seu interior, da mesma forma a luz da Consciência, através das cinco aberturas dos órgãos de percepção, ilumina os objetos externos, produzindo "eu conheço...". Brilhando aquela luz (a Consciência), todo o universo brilha. Saudações a esse Mestre que é Śri Dakṣiṇāmūrti.

देहं प्राणमपीन्द्रियाण्यपि चलां बुद्धिं च शून्यं विदुः
स्त्रीबालान्धजडोपमास्त्वहमिति भ्रान्ता भृशं वादिनः ।
मायाशक्तिविलासकल्पितमहा व्यामोहसंहारिणे
तस्मै श्रीगुरुमूर्तये नम इदं श्रीदक्शिणामूर्तये ॥ ५ ॥

dehaṁ prāṇamapīndriyāṇyapi calāṁ buddhiṁ ca śūnyaṁ viduḥ
strībālāndhajaḍopamāstvahamiti bhrāntā bhṛśaṁ vādinaḥ ।
māyāśaktivilāsakalpitamahā vyāmohasaṁhāriṇe
tasmai śrīgurumūrtaye nama idaṁ śrīdakśiṇāmūrtaye ।। 5।।

Pessoas tomadas pela ilusão como a mulher, a criança, o cego, o idiota, consideram o corpo, o *prāṇa*, os órgãos de percepção, o intelecto em constante mutação e o vazio, como eu, e falam entusiasticamente sobre suas idéias. Saudações aquele que elimina as projeções imaginadas pelo poder de *māya*, esse Mestre que é Śri Dakṣiṇāmūrti.

राहुग्रस्तदिवाकरेन्दुसदृशो मायासमाच्छादनात्
सन्मात्रः करणोपसंहरणतो योऽभूत्सुषुप्तः पुमान्।
प्रागस्वाप्समिति प्रबोधसमये यः प्रत्यभिज्ञायते
तस्मै श्रीगुरुमूर्तये नम इदं श्रीदक्षिणामूर्तये ॥ ६ ॥

rāhugrastadivākarendusadṛśo māyāsamācchādanāt
sanmātraḥ karaṇopasaṁharaṇato yo'bhūtsuṣuptaḥ pumān ।
prāgasvāpsamiti prabodhasamaye yaḥ pratyabhijñāyate
tasmai śrīgurumūrtaye nama idaṁ śrīdakśiṇāmūrtaye ।। 6।।

Tendo recolhido os órgãos de percepção e a mente, aquele homem que entra no estado de sono profundo é somente Existência, porém encoberta por *māya*, assim como o sol e a lua estão ocultos durante o eclipse. Quando acorda ele se lembra "eu dormi bem". Saudações a esse Mestre que é Śri Dakṣiṇāmūrti.

बाल्यादिष्वपि जाग्रदादिषु तथा सर्वास्ववस्थास्वपि
व्यावृत्तास्वनुवर्तमानमहमित्यन्तः स्फुरन्तं सदा।
स्वात्मानं प्रकटीकरोति भजतां यो मुद्रया भद्रया
तस्मै श्रीगुरुमूर्तये नम इदं श्रीदक्षिणामूर्तये ॥ ७ ॥

bālyādiṣvapi jāgradādiṣu tathā sarvāsvavasthāsvapi
vyāvṛttāsvanuvartamānamahamityantaḥ sphurantaṁ sadā ।
svātmānaṁ prakaṭīkaroti bhajatāṁ yo mudrayā bhadrayā
tasmai śrīgurumūrtaye nama idaṁ śrīdakśiṇāmūrtaye ।। 7।।

Aquele que desdobra o conhecimento da natureza do Ātma (que sempre brilha nos vários estados de infância etc., acordado etc. e estados de experiência como o "eu") aos discípulos, através da auspiciosa *mudrā*. Saudações a esse Mestre que é Śri Dakṣiṇāmūrti.

विश्वं पश्यति कार्यकारणतया स्वस्वामिसंबन्धतः
शिष्याचार्यतया तयैव पितृपुत्राद्यात्मना भेदतः।
स्वप्ने जाग्रति वा य एष पुरुषो मायापरिभ्रामितः
तस्मै श्रीगुरुमूर्तये नम इदं श्रीदक्षिणामूर्तये ॥ ८ ॥

viśvaṁ paśyati kāryakāraṇatayā svasvāmisaṁbandhataḥ
śiṣyācāryatayā tayaiva pitṛputrādyātmanā bhedataḥ ।
svapne jāgrati vā ya eṣa puruṣo māyāparibhrāmitaḥ
tasmai śrīgurumūrtaye nama idaṁ śrīdakśiṇāmūrtaye ।। 8।।

O Ser, sob a ilusão de *māya*, vê em si mesmo a criação com as diferenças de causa e efeito, diferenças de chefe e empregado, mestre e discípulo, pai e filho, tanto no estado de sonho como no acordado. Saudações a esse Mestre que é Śri Dakṣiṇāmūrti.

भूरम्भांस्यनलोऽनिलोऽम्बरमहर्नाथो हिमांशुः पुमान्
इत्याभाति चराचरात्मकमिदं यस्यैव मूर्त्यष्टकम्।
नान्यत्किञ्चन विद्यते विमृशतां यस्मात्परस्माद्विभोः
तस्मै श्रीगुरुमूर्तये नम इदं श्रीदक्षिणामूर्तये ॥ ९ ॥

bhūrambhāṁsyanalo'nilo'mbaramaharnātho himāṁśuḥ pumān
ityābhāti carācarātmakamidaṁ yasyaiva mūrtyaṣṭakam ।
nānyatkiñcana vidyate vimṛśatāṁ yasmātparasmādvibhoḥ
tasmai śrīgurumūrtaye nama idaṁ śrīdakśiṇāmūrtaye ।। 9।।

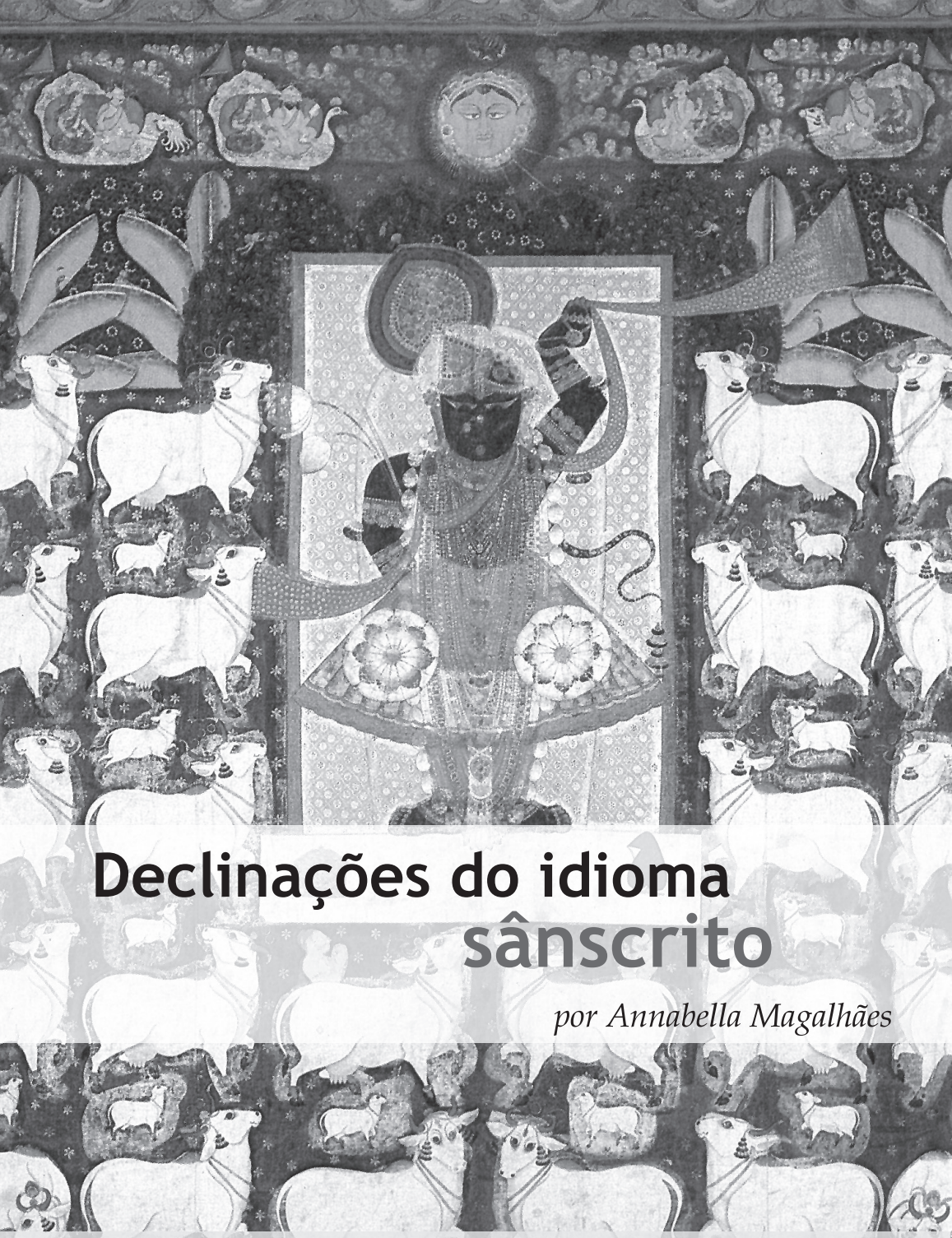
Aquele para quem nada existe além da manifestação em oito fatores "terra, água, fogo, ar, espaço, sol, lua, o indivíduo, que em todo lugar brilha como móvel e imóvel, esse que possui discriminação, para ele o Absoluto é em todas as manifestações. Saudações a esse Mestre que é Śri Dakṣiṇāmūrti.

सर्वात्मत्वमिति स्फुटीकृतमिदं यस्मादमुष्मिन् स्तवे
तेनास्य श्रवणात्तदर्थमननाद्ध्यानाच्च सङ्कीर्तनात् ।
सर्वात्मत्वमहाविभूतिसहितं स्यादीश्वरत्वं स्वतः
सिद्ध्येत्तत्पुनरष्टधा परिणतं चैश्वर्यमव्याहतम् ॥ १० ॥

sarvātmatvamiti sphuṭīkṛtamidaṁ yasmādamuṣmin stave
tenāsya śravaṇāttadarthamananāddhyānācca saṅkīrtanāt ।
sarvātmatvamahāvibhūtisahitaṁ syādīśvaratvaṁ svataḥ
siddhyettatpunaraṣṭadhā pariṇataṁ caiśvaryamavyāhatam ।। 10।।

Desde que foi desdobrado neste poema o conhecimento de eu como essência de tudo, então, escutando esse conhecimento, refletindo sobre seu significado, meditando sobre o que foi escutado e ensinando, alcança-se o conhecimento "eu estou presente em tudo" e "todas as glórias são minhas glórias" e, naturalmente, alcança-se também o conhecimento "eu sou aquele Īśvara, o criador manifesto em oito fatores".

Gloria Arieira ensina Advaita Vedānta e dirige o Vidya Mandir.
www.vidyamandir.org.br



Declinações do idioma sânscrito

por Annabella Magalhães

Imagem de Shrii Naathjii rodeado por vacas em Nathadwara. Pintura feita pelos artistas que moram perto do templo, que fica 12 milhas ao norte de Udaipur.
Fonte: MOOKERJEE, Ajit. Ritual Art of India. New Delhi: Timeless Books, 1998, ilustração 77.

As palavras, em sânscrito, originam-se de 2.200 raízes aproximadamente. Essas raízes, tecnicamente chamadas *dhātu*, após o acréscimo de afixos (prefixos e sufixos), vão formar, inicialmente, bases verbais e nominais. Nesta etapa, o *dhātu* transformado é chamado *"aṅga"*.

Essa base ou *aṅga* somente atinge o status de palavra (*padam*) quando é acrescida de terminações de conjugação ou de caso. As terminações de conjugação vão formar as conjugações de verbos. As terminações de caso vão gerar os substantivos, adjetivos, pronomes e numerais, ou seja, palavras declinadas. Veja o exemplo a seguir:

Raiz (*dhātu*) ***Ram*** (encantar, encantar-se, satisfazer)	
Base verbal (a*ṅga*) ***Rama***	Base nominal (a*ṅga* ou *prātipadikam*) ***Rama*** (aquele que encanta), ***Rāma*** (encantador), ***Ramā*** (aquela que encanta).
Palavra (*padam*) conjugada (verbo) ***Ramati*** (ele encanta ou se encanta) ***Ramāmi*** (eu encanto ou me encanto)	Palavra (*padam*) com casos (declinada) ***Rāmeṇa*** (com *Rāma*, através de *Rāma*), ***Rāmāya*** (para *Rāma*), ***Rāmasya*** (de *Rāma*, pertencente a *Rāma*).

As palavras que não se enquadram nestas duas classificações acima são denominadas *avyayam* (invariáveis) – são as interjeições, conjunções, preposições, advérbios etc.

As terminações de casos aplicadas às bases nominais é que irão constituir as declinações e vão determinar as funções das palavras numa sentença. Elas correspondem ao que é usado em português com o auxílio de uma preposição. Veja o seguinte exemplo:

Saḥ dāsena gacchati (Ele vai com o empregado).

Saḥ **(ele)** *dāsena* **(***dāsa+ina* **[3º caso ou instrumental], "com o empregado")** *gacchati* **(vai).**

As terminações de declinações estão organizadas em oito casos (*vibhaktaya*), apresentados no quadro a seguir.

Nome em Sânscrito	Nome em português	Nome gramatical	Significado
Prathamā (1º Caso)	Nominativo	*Kartā*	Sujeito da frase
Dvitīyā (2º Caso)	Acusativo	*Karma*	Objeto direto
Tṛtīyā (3º Caso)	Instrumental	*Karaṇam*	Instrumento (com, por, através)
Caturthī (4º Caso)	Dativo	*Sampradānam*	Objeto Indireto (para, em direção a)
Paṣcamī (5º Caso)	Ablativo	*Apādānam*	Origem, causa (a partir de, de, do que)
Ṣaṣṭhī (6º Caso)	Genitivo	*Śeṣaḥ*	Posse (de, pertencendo a)
Saptamī (7º Caso)	Locativo	*Adhikaraṇam*	Local (em, no, na, entre)
Sambodhanaprathamā (8º Caso)	Vocativo	*Sambodhanam*	Invocação (Oh)

Existem três números nominais em sânscrito: *ekavacanam* (singular), *dvivacanam* (dual) e *bahuvacanam* (plural).

Cada caso é declinado nesses três números. São, portanto, 24 formas básicas de declinações para os grupos de bases nominais. Essas formas básicas foram estabelecidas como terminações padrões por Pāṇini, o grande gramático indiano que organizou a gramática sânscrita.

Além disso, na declinação de uma base nominal, é também levado em consideração o gênero: *pumliṅga* (masculino), *strīliṅga* (feminino) ou *napumsakaliṅga* (neutro) e o fonema final da base nominal. Por exemplo:

"*Gaja*" (elefante), uma base nominal masculina terminada em "a".
Gajaḥ krīḍati (O elefante brinca).
Gajau krīḍataḥ (Os dois elefantes brincam).
Gajāḥ krīḍanti (Os elefantes brincam).

"*Nadī*" (rio), uma base nominal feminina terminada em "ī".
Nadī sarati (O rio flui).
Nadyau sarataḥ (Os dois rios fluem).
Nadyaḥ saranti (Os rios fluem).

"*Karman*" (ação), uma base nominal neutra, terminada em "n".
Karma kṛtam (A ação foi feita).
Karmaṇī kṛte (As duas ações foram feitas).
Karmāṇi kṛtāni (As ações foram feitas).

Diante de tal variação de terminações, poderá parecer ao aluno iniciante que seria impossível guardar todas as declinações. No entanto, o estudo das declinações não é tão complicado, pois a memorização da declinação da palavra padrão de uma classe de palavras permitirá declinar as demais palavras daquela mesma classe. Por exemplo, memorizando-se a declinação da base *Rāma*, que é masculina terminada em "a", pode-se declinar qualquer base masculina terminada em "a".

Podemos observar também que, se a palavra declinada (*padam*), contém em si mesma a sua função e significado, ela pode ser colocada em qualquer lugar da frase sem perder o conteúdo e o sentido no seu relacionamento com as outras palavras da sentença. Veja o exemplo a seguir:

Rāma traz frutos e flores para o poeta.

Rāmaḥ kavaye phalāni puṣpāṇi ca ānayati
Kavaye Rāmaḥ phalāni puṣpāṇi ca ānayati
Phalāni puṣpāṇi ca kavaye Rāmaḥ ānayati
Rāmaḥ ānayati phalāni puṣpāṇi ca kavaye

"*Rāmaḥ*" é o sujeito da frase; "*Phalāni*" (frutos), "*ca*" (e) e "*puṣpāṇi*" (flores) são o objeto direto; "*Kavaye*" (para o poeta), declinado no 4º caso (dativo), é o objeto indireto; e *ānayati* (traz) é o verbo.

Todas as formas apresentadas acima estão corretas embora as palavras estejam ordenadas de diferentes formas. O que importa são as terminações de declinações ou casos, aplicadas corretamente.

Naturalmente, num texto mais elaborado, as palavras são submetidas a precisas regras fonéticas, como por exemplo, regras de *sandhi* na junção de palavras numa frase, as regras de formação de palavras compostas (*samāsa*) etc., que determinarão mais algumas transformações nas palavras.

Pāṇini, o genial gramático indiano, que calcula-se ter vivido por volta do século VI ou VII a.C., em seu importante trabalho, *Aṣṭādhyāyī*, descreve detalhadamente todas as regras, exceções, afixos, uso vêdico etc. que regem a gramática sânscrita. Muitos outros gramáticos indianos escreveram trabalhos após Pāṇini com o propósito não só de facilitar o acesso ao *Aṣṭādhyāyī*, como também de ajudar o estudante na perfeita compreensão dos *śāstras*. (escrituras vêdicas).

Oṁ śrī Gurubhyo Namaḥ
Saudações a todos os mestres!

Annabella Magalhães é profissional de Yoga, professora de sânscrito e simbolismo vêdico.
annasundari@terra.com.br

Tradição Vêdica

O conhecimento vêdico de quatorze partes

por Sri Dhira Chaitanya e Swamini Paramanada Saraswati

Os Vedas são chamados *vidyā-sthānas*, a morada do conhecimento, por conduzirem para o conhecimento da verdade de si mesmo, o Senhor e a criação. Os Vedas também são chamados de *dharma-pramāṇas*, porque eles revelam um modo de vida que conduz à aquisição deste conhecimento. Tradicionalmente, o estudo dos Vedas é acompanhado pelo estudo de outras dez disciplinas. Os quatro Vedas, juntamente com estas dez disciplinas, são chamados de *caturdaśa-vidyāsthānas*, o conhecimento vêdico de quatorze partes.

Yājñavalkya Smṛti apresenta o conhecimento vêdico de quatorze partes no seguinte verso:

पुराण-न्याय-मीमांसा-धर्मशास्त्र-अङ्गमिश्रिताः।

वेदास्स्थानानां विद्यानां धर्मस्य च चतुर्दश॥

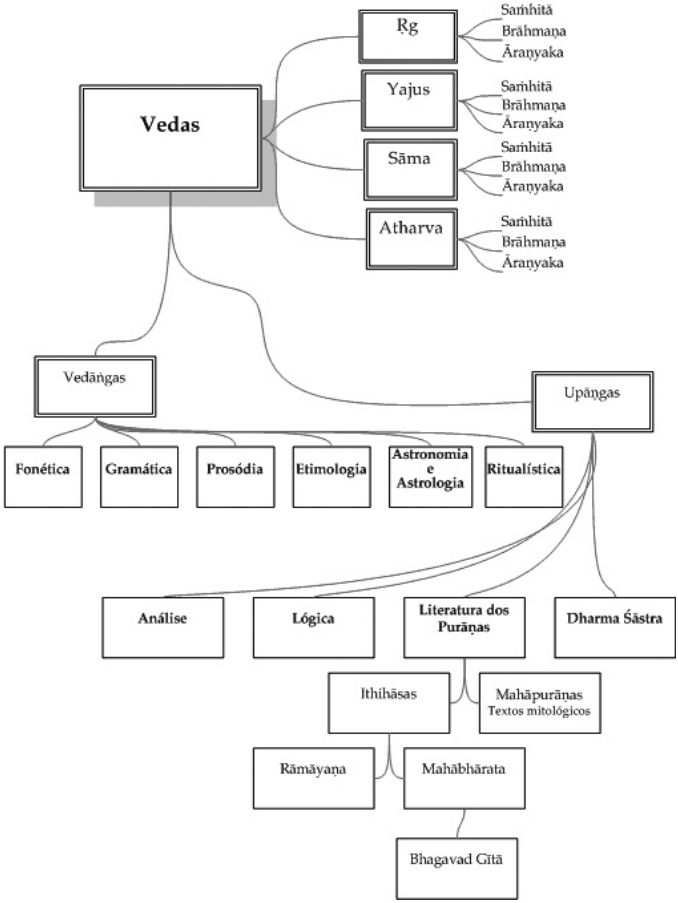
purāṇa-nyāya-mīmāṁsā-dharmaśāstra-aṅgamiśritāḥ।

vedāssthānāni vidyānāṁ dharmasya ca caturdaśa।।

purāṇa-nyāya-mīmāṁsā-dharmaśastra-aṅgamiśritaḥ – em conjunto com os seis membros dos Vedas, mitologia, lógica, análise e códigos de conduta; *vedāḥ* – os quatro Vedas; *sthānāni* – os livros fonte; *vidyānām* – de conhecimento; *dharmasya* – de *dharma*; *ca* – e; *caturdaśa* – quatorze.

"Os Vedas, em conjunto com *purāṇa*, *nyāya*, *mīmāṁsā*, *dharma-śāstra* e os seis *vedāngas*, são as quatorze fontes de conhecimento e *dharma*."

Os *purāṇas*, mitologia; *nyāya*, lógica; *mīmāṁsā*, análise; e *dharma-śāstra*, códigos de conduta são, todos juntos, referenciados como os quatro *upāṅgas*. Os seis *vedāṅgas* são *śikṣā*, fonética; *vyākaraṅa*, gramática; *chandas*, prosódia; *nirukta*, etimologia; *jyotiṣa*, astronomia e astrologia; e *kalpa*, técnicas ritualísticas. Em conjunto com os seis *vedāṅgas*, the *upāṅgas* constituem as dez disciplinas de conhecimento que complementam os Vedas. Veja a ilustração à seguir.



Os Vedas como um meio de conhecimento

A palavra "Veda" é derivada da raiz sânscrita "*vid*", que significa "conhecer". Os Vedas referem-se a um corpo de conhecimento que revela diferentes meios e fins à disposição do ser humano.

Os Vedas estão divididos em duas partes. A primeira parte dos Vedas, o *karma-kāṇḍa*, lida com ações, *karma*, como um meio para alcançar objetivos conhecidos, como um filho ou chuva; e meios para adquirir objetivos desconhecid**o**s, como o céu. O *karma-kāṇḍa* proporciona os meios para estes incontáveis objetivos humanos.

A última parte dos Vedas, composta pelas Upaniṣads, é conhecida como Vedānta ou *jñāna-kāṇḍa*. O *jñāna-kāṇḍa* não lida com meios e objetivos variados. Apenas um objetivo é discutido, "o" objetivo da vida e o meio para se alcançar este objetivo em particular. Na visão dos Vedas, este objetivo, chamado de *mokṣa*, é visto como o propósito máximo da vida de todos indivíduos. *Mokṣa* é liberdade de qualquer senso de inadequação ou senso de limitação. Este objetivo não é como qualquer outro objetivo porque é considerado como um objetivo que já está alcançado. O *jñāna-kāṇḍa* revela que o indivíduo já é livre e não precisa fazer mais nada para se tornar livre. O conhecimento deste fato é necessário; não ação. A segunda porção dos Vedas é um meio de conhecimento para desdobrar a natureza da realidade e da verdade de nós mesmos.

As palavras do Vedānta

O ensinamento do Vedānta é em forma de palavras. Para nos conhecermos, as palavras são o instrumento, o meio; assim como nossos olhos são o meio para ver uma rosa. Desta forma, toda a nossa abordagem em usar as palavras do Vedānta deve ser similar ao nosso uso dos sentidos. Tome como exemplo o quanto seguramente nós usamos os olhos. Quando abrimos os olhos para olhar um objeto, temos total segurança que seremos capazes de ver se o objeto está lá ou não. Não duvidamos da nossa habilidade em ver o objeto ou a sua ausên-

cia; tampouco duvidamos da habilidade dos outros sentidos em fazer o trabalho deles apropriadamente. A origem da nossa confiança nos instrumentos dos sentidos é a suposição de que eles podem fazer seu trabalho adequadamente. Usamos os sentidos como *śraddhā*, fé, ou confiança na habilidade deles para descobrir o conhecimento sensitivo dos objetos que eles captam.

Devemos nos dirigir às palavras do Vedānta com a mesma confiança que temos quando abrimos os olhos, escutamos com os ouvidos, tocamos com os dedos, cheiramos com o nariz e sentimos gosto com a língua; de forma a descobrir a existência de algo que está à disposição para percepção. Da mesma maneira devemos abrir a nosso mente para as palavras do Vedānta e ver os fatos que o ensinamento desdobra.

Vedānta como um *pramāṇa*

As palavras do Vedānta são, da mesma forma, um *pramāṇa*, um meio de conhecimento, como são os órgão de sentido. De fato, o conhecimento dado pelos órgãos de sentido, sob uma análise, pode ser negado, enquanto o conhecimento que ganhamos pelas palavras do Vedānta não pode ser negado por nenhum outro meio de conhecimento. Os órgãos dos sentidos podem tornar conhecidas somente as coisas capazes de serem percebidas; mas o que pode ser percebido por um meio de percepção pode ser negado por outro meio de percepção ou em outro nível de capacidade de percepção do mesmo meio. O que é percebido pode sempre ser negado. Sob um exame apropriado, nada que é percebido é como parece ser e é sempre convertido em alguma outra coisa.

O azul do céu que é percebido, por exemplo, não é realmente azul. A percepção da elevação diária do sol no céu ao leste não acontece de fato. Sob questionamento, a aparente superfície plana da terra pode ser negada. No entanto, as palavras do Vedānta levam a um conhecimento que não pode ser negado. O conhecimento desdobrado pelo Vedānta, de que há uma realidade não-dual, não pode ser negada pela

percepção nem por qualquer lógica baseada na percepção. Se por um lado elas não podem revelar não-dualidade, por outro, a percepção e a lógica tampouco têm a capacidade de negar a não-dualidade; pois o Ser não-dual não é o seu objeto de discussão.

Os *pramāṇas* que estão à nossa disposição, ordinariamente, não são adequados para revelar a verdade. Eles são apenas meios de percepção que podem revelar certas verdades necessárias para conduzir a nossa vida, mas através deles não podemos descobrir a verdade fundamental que buscamos.

As palavras dos Vedas são consideradas como um meio de conhecimento independente. A validade dos Vedas está em si mesmo e não pode ser verificada com a utilização de outros meios de conhecimento. Os olhos, por exemplo, são o único meio de conhecimento para ver as cores e os ouvidos são o único meio de conhecimento para ouvir sons. A fragrância sentida pelo nariz não pode ser verificada pelos olhos ou os pelos ouvidos. De forma similar, a natureza da realidade e a verdade de nós mesmos, desdobrada pelos Vedas, não pode ser verificada por nenhum outro meio de conhecimento. O ensinamento só pode ser entendido pela nossa exposição a ele com uma atitude de *śraddhā*, fé, até que haja entendimento.

Este texto faz parte de um programa de ensino sobre a herança vêdica desenvolvido por Swamini Pramananda Saraswati e Sri Dhira Chaitanya. Visite o site: www.purnavidya.com

A tradução deste texto foi gentilmente autorizada por um dos autores, Sri Dhira Chaitanya e feita por Rodrigo Gomes Ferreira.

rodrigo@comunidadedosaber.com.br

CHAITANYA, Sri Dhira; SARASWATI, Swamini Paramananda; SCHLEICHER, Irene (ed.). Vedic Knowledge. Purna Vidya. v.3. part 11. Revisão da 1a edição de 1993. Rishikesh: Sri Gangadhareswar Trust, Swami Dayananda Ashram, Purani Jhati, 2004, p.3-6.

Resenha:

O Caminho da Prática

TIWARI, Bri Maya. *O caminho da prática*: a cura feminina pela alimentação, pela respiração e pelo som. Tradução de Anna Maria Lobo. Rio de Janeiro: Rocco, 2004, 392p.

por Sílvia do Nascimento Aquini

A intenção de "*O caminho da prática*" é evocar, informar, fortalecer e salvaguardar a memória das mulheres como guardiãs da cura sagrada e da nutrição. O livro também pretende ajudar os homens a despertarem para a energia primordial de cura da mãe que existe dentro deles desde os tempos mais remotos.

Bri. Maya Tiwari inicia seu livro sagrado contando suas próprias jornadas de cura. Através do câncer que tomou conta de seu corpo e após vinte intervenções cirúrgicas e sessões devastadoras de quimioterapia, foram-lhe dados dois meses de vida. Ela, então, retirou-se nas montanhas de Vermont (E.U.A.), onde chorou, jejuou, colocou os segredos mais profundos de seu coração em um diário, rezou, pediu perdão. "O câncer me forçou a recuperar minha conexão com os antepassados, com os ritmos naturais do universo e com a luz infinitamente amorosa da Mãe Divina", afirma ela.

"*Sādhana*" é um termo sânscrito cuja raiz, "*sādh*", significa resgatar aquilo que é divino em nós, nosso poder de cura, nosso poder de servir, de nos alegrarmos, ou de elevarmos o nosso espírito; é também a prática da meditação em movimento, e esta prática é como um lótus. Profundamente enraizado na lama, o lótus expressa a sua essência em uma linda flor. Como o abrir das pétalas do lótus, a *sādhana* deve ser

gradual e contínua em nossa vida, em consonância com os ritmos da natureza. Como resultado, despertamos para nosso propósito e nossa memória de que o Ser é sagrado.

Neste livro, as práticas da *sādhana* giram em torno de exercícios respiratórios e meditação, canto e entonação de sons naturais, e nutrição por meio de alimentos naturais.

Um momento muito importante de seu livro oferece práticas para harmonizar o ciclo menstrual com as fases da lua. Os videntes vêdicos nos ensinam que a *śakti* de uma mulher – seu poder, sua fertilidade, sua capacidade de nutrir – está ligada ao ciclo lunar e à substância sagrada da mãe lua. Menstruar com a lua nova é a principal prática para recuperar a saúde. Na lua cheia, devemos usufruir e festejar a feminilidade, já que esta época inspira a ovulação e aumenta a vitalidade e o impulso sexual.

A respiração da vida

Os Vedas nos dizem que a vida é definida não pelo número de anos que uma pessoa vive nesta terra, mas pelo número de respirações que cada alma recebe em sua jornada.

Como afirma a *Chāndogya Upaniṣad*: "Aquele que obtém o controle da respiração obtém o controle da mente". Os sábios desenvolveram a ciência do *prāṇāyāma* como uma forma de realinhar o corpo-mente para que possa funcionar harmoniosamente no universo.

Bri. Maya Tiwari oferece práticas para harmonizar nossa respiração com os ritmos solares e lunares. Em um corpo saudável, a respiração lunar (esquerda) está mais ativa durante o dia, e a solar (direita) mais ativa durante a noite.

A arte vêdica da meditação

A explicação vêdica para "meditar" é "discernir, medir, ponderar, contemplar e, finalmente, libertar-se de todas as limitações e padrões pe-

los quais estamos acostumados a nos avaliar". A meditação é a prática fundamental da vida cotidiana. Sua meta suprema é ultrapassar as percepções, os pensamentos, a imaginação e, até mesmo, as visões e revelações. É entrar na dimensão da consciência pura que os *ṛṣis* chamam de *ānanda*, "a alegria infinita e a plenitude completa".

Despertando a memória cósmica e a intuição

A memória cósmica engloba não apenas as lembranças e as associações espirituais e culturais dos seres humanos, mas também de todos os seres vivos e das energias inanimadas. Já a intuição é uma habilidade instintiva dos seres humanos. O termo sânscrito para intuição é "*buddhi*", que significa conhecimento individual, consciência e memória. Os *ṛṣis* disseram que a consciência humana emergiu da memória do cosmos, a consciência que a tudo permeia. Todas as células do nosso ser são formadas pelas memórias essenciais de toda a criação. As memórias de cada vida individual, juntamente com a memória coletiva do universo, encontram-se mescladas para sempre no tecido do nosso ser.

Este livro oferece práticas de meditação que despertam para o caminho de Buddhi Yoga, que o Senhor Kṛṣṇa ensina como a atitude interna de tranqüilidade e compaixão que deve existir por trás de todas as ações.

Recuperando as lembranças ancestrais

Este capítulo oferece esclarecimentos e práticas sobre honrar os ancestrais, religar-se ao pai e a mãe, pesquisar o passado ancestral, manter um diário dos ancestrais e indicações de que você está carregando bagagem ancestral.

Os sons do universo

Os *ṛṣis*, que se dedicaram à meditação e à contemplação do Eterno, discerniram que o universo é um oceano de vibrações. Perceberam que o *Oṁ*, o som infinito e "espontâneo", é a vibração subjacente ao universo e pode ser ouvida no estado não-manifesto durante a meditação.

Este livro oferece cantos de cura (mantras), práticas de harmonização dos ritmos interiores com os sons da natureza, de tocar tambor e sinos tibetanos.

Em "o som interno da voz humana", Tiwari afirma que cada um de nós tem um som interno particular, uma melodia formada pelas lembranças de nossa jornada individual pelo cosmos. Ao cultivar nosso som interno – a voz humana, um som pessoal, a vibração de cada chakra – podemos passar por uma profunda cura espiritual.

A *sādhana* contém um paradoxo: para descobrirmos nosso som interior, praticamos atividades espirituais que facilitam a descoberta do silêncio, uma espécie de quietude dinâmica.

Alimentando a alma

Todo o capítulo sobre alimentação é baseado numa perspectiva ayurvêdica. Princípios tais como alimentar-se de acordo com aquilo que cada estação produz, sua constituição ayurvêdica, os seis sabores e seus efeitos, a prática de cortar legumes ao longo de suas linhas de vida, a cozinha como local sagrado, prestar atenção às quantidades, preparação de *masalas* sazonais, cereais, *chapati*, *chutney*, *ghī*, a nutrição de cada tipo metabólico (*vāta*, *pitta*, *kapha*), as fases do dia relacionadas com cada *doṣa*, cardápios e receitas sazonais (sendo necessário fazer uma adaptação das datas das estações para o hemisfério sul) ilustram a nutrição por meio de alimentos e formas naturais e que desta forma fortalecemos nossos corpos físicos e espirituais.

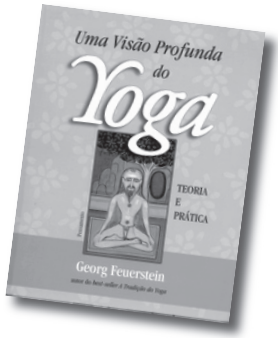
O livro custa R$ 43,50 e pode ser adquirido diretamente no website da Editora (www.rocco.com.br).

Sílvia do Nascimento Aquini considera este livro uma constante fonte de inspiração. Ensina Haṭha Yoga no Yogalaya e na UDESC, em Florianópolis (SC).

sinamaste@hotmail.com

Resenha:

Uma Visão Profunda do Yoga



FEUERSTEIN, Georg. *Uma visão profunda do Yoga*. Tradução de Marcelo Brandão Cipola. São Paulo: Pensamento-Cultrix, 2005.

por Maria Helena Wegner

O autor, Georg Feuerstein, é um dos mais conhecidos ocidentais estudiosos do Yoga, tendo publicado mais de 30 livros na área – entre eles, o clássico *A tradição do Yoga*. Nasceu na Alemanha em 1947, cursou pós-graduação em Indologia na Inglaterra e, atualmente, reside nos E.U.A e co-dirije o *Traditional Yoga Studies Interactive* (www.yrec.info).

Neste livro, Feuerstein oferece à todos aqueles que se sentem atraídos pela milenar ciência filosófica do Yoga uma coletânea de ensaios que alcança os mais diferentes e profundos tópicos da disciplina yogue. A obra é muito abrangente, incluindo também a visão budista e jainísta do Yoga, além da hindu.

O livro está divido em cinco partes, abordando, inicialmente, uma orientação geral na qual busca situar o Yoga historicamente, mas, principalmente, respondendo àquela questão que tem sido freqüentemente feita: O que é Yoga? Reconhecendo o aspecto de cultura física, tão em voga, o autor vai muito mais além, abrindo inúmeras "janelas" nas quais podemos nos debruçar e vislumbrar as várias faces do Yoga

como arte, ciência, filosofia e disciplina prática que visa à autotransformação. Ele abre respostas para angústias antigas e freqüentes em cada um de nós, apresentando o Yoga como o ensinamento que vai à raiz da letargia, do medo de mudanças de hábito, do auto-engano, numa eliminação gradativa e real do sofrimento e da dor que buscamos enterrar fundo em nossa mente, obliterando a luz da liberação. Vemos o Yoga em suas inúmeras facetas como o caminho para o reconhecimento da consciência.

Algo importante citado, para a preparação de quem queira se dedicar a um maior conhecimento dos membros do Yoga, é o exame da literatura yogue. Feuerstein a divide segundo os períodos históricos do Yoga – Arcaico, Pré-clássico, Clássico e Pós-clássico. Nesta parte do livro, lemos sobre os Vedas, a antiqüíssima e valiosa herança cuja origem venerável traduz o anseio atemporal do ser humano pela compreensão de seu próprio ser e do universo criado. Em seqüência o autor relata o advento das Upaniṣads, da *Bhagavad Gītā* e da abundante obra literária que mestres iluminados nos legaram.

A bibliografia desta primeira parte é de extrema utilidade como orientação de leitura das inumeráveis obras existentes.

A segunda parte da obra analisa a atitude perante a prática e apresenta um esclarecedor estudo sobre o advento e a posterior evolução da consciência dita racional. Esta forma de estrutura mental surgiu na chamada Era Axial, por volta de 500 a.C., e "perverteu a dinâmica natural de percepção que ocorre entre o sujeito e o objeto da experiência" (pg. 78). Tornou-se a ideologia dominante sobre a ciência, a tecnologia e sobre o nosso próprio modo de viver e pensar, enfatizando a noção do ego e da separatividade; fontes maiores de dor e sofrimento. O autor vê essa situação

Neste livro, Feuerstein oferece à todos aqueles que se sentem atraídos pela milenar ciência filosófica do Yoga uma coletânea de ensaios que alcança os mais diferentes e profundos tópicos da disciplina yogue.

como um estado patológico de dependência, um vício, o destrutivo hábito de perceber o mundo dualisticamente; o que acaba separando, irreversivelmente, sujeito e objeto.

Feuerstein apresenta a realização da vida espiritual, a autotranscendência, como um processo gradual de "convalescença" que vai revelando a interligação primordial, a envolvente benignidade do universo e a simultaneidade dos seres e das coisas. Sugere, então, uma convalescença em doze etapas que levam à liberação.

Sob a luz do Yoga, analisa a noção de felicidade e realidade, ignorância fundamental e a conseqüente *egoidade*. Apresenta a disciplina espiritual *abhiyāsa* – constância na prática – e *vairāgya* – impassibilidade ou indiferença dos desejos – como os dois pilares da autorealização e da anulação do sofrimento existencial.

Também dedica alguns ensaios para enfatizar a importância do Guru – "o que dissipa as trevas" – e a importância do relacionamento – *satsaṅga* – com ele e com seres virtuosos com objetivos afins.

Analisa a autenticidade dos verdadeiros e falsos gurus e dos gurus "loucos", audaciosos mestres que rompem os grilhões da ignorância de seus discípulos

Num outro momento, analisa a autenticidade dos verdadeiros e falsos gurus e dos gurus "loucos", audaciosos mestres que rompem os grilhões da ignorância de seus discípulos. Apresenta-os como iniciadores, transmissores, guias e iluminadores para aqueles que os seguem e lança luz sobre o conceito de discipulado.

Apresenta, ainda, nesta segunda parte, tópicos esclarecedores sobre: *ṣaṭ kriyās*, estágios da atividade mental e *vikṣepa*. Também faz elogio ao estudo (*svādhyāya*) e aborda a cronologia hindu – a teoria das *yugas* –, entre outros assuntos.

Na terceira parte, temos os "fundamentos morais", na qual temas como: ação virtuosa, *ahiṁsā* (não violência), vegetarianismo, ecologia no Yoga, estudo da cobiça, exercícios da verdade e da compaixão, au-

tenticidade e integridade, são esclarecidos como partes naturais da autorealização preconizada pelo Yoga.

Esta parte se completa com as diretrizes éticas para professores de Yoga, sob a luz dos *yamas* e *nyamas*, que explicitam padrões de comportamento compatíveis para aqueles que são, em última análise, o extremo da corrente das tradições yogues, voltadas ao auto-aperfeiçoamento e à descoberta da consciência.

A parte quatro, dedicada à prática do Yoga, traz tópicos importantes, abordando técnicas usadas como: *āsanas*, *yoganidrā* e *prāṇāyāma*. Reforça temas ligados ao cultivo da sabedoria e aborda as linhas de filosofia e prática tradicionais como Buddhi Yoga, Jñāna Yoga e Vedānta, Karma Yoga e Bhakti Yoga.

Ainda nesta parte, Feuerstein entra mais profundamente nos *Yoga Sūtras* de Patañjali, destacando o Kriyā Yoga, cujo objetivo é a eliminação das raízes da dor (*kleśas*) e a atenuação do sofrimento (*duḥkha*) futuro. Quando mergulha no estudo do *kleśas*, entrando no importante conceito yogue que Patañjali chamou de *smṛti* (memória), a "mente profunda", que a psicologia moderna viria a perceber após milênios. Patañjali traduz a expressão dinâmica dessa mente profunda que é definida pelo termo sânscrito *saṁskāra*, literalmente "ativador" e que promove o evento de impulsos de auto-expressão. Neste importante capítulo, encontramos uma análise da relação de nossos hábitos com a formação de karma e do *karma-asyā* (depósito de karma). Em função da cristalização das experiências passadas na mente profunda, surge a doutrina yogue da multiplicidade de nascimentos ou *purnarjanman*, que é exposta elucidativamente pelo autor.

Certamente despertará o interesse dos leitores o ensaio sobre Tantra Yoga, e, relacionado a este, o capítulo sobre sexo, ascese e mitologia que lança novas luzes sobre esse importante paradigma comportamental.

Os capítulos sobre Mantra Yoga, o mantra *gāyatrī* e o sagrado *Oṁ* são especialmente esclarecedores, assim como a prática de *mudrās* e o uso dos *yantras*.

Certamente despertará o interesse dos leitores o ensaio sobre Tantra Yoga, e, relacionado a este, o capítulo sobre sexo, ascese e mitologia que lança novas luzes sobre esse importante paradigma comportamental.

Impossível deixar de mencionar o ensaio sobre Aṣṭāṅga Yoga de Patañjali, numa visão esclarecedora de um todo orgânico, ligando os oito *aṅgas* com as práticas da fé e da entrega. Ele explica o significado profundo dos conceitos dessas duas práticas e passa a integrá-los em cada um dos oito passos (*aṅgas*), em um belíssimo trabalho que revela, além de profunda erudição, uma visão de sua sabedoria e evolução.

A última parte do livro trata dos estágios superiores da prática e se inicia com uma abordagem inovadora da técnica de relaxamento, que o autor chama de "fim da ilusão do ego", pela desidentificação com o corpo, bens materiais, relacionamentos etc. Faz uma correlação entre estado de relaxamento e sua influência na realização das práticas yogues, influenciando desde a cultura física, até os estados avançados de meditação.

Na seqüência, aborda a imprescindível prática da meditação, colocando-a como um "fenômeno complexo que pode ser visto de diversas maneiras" e que sem ser vivenciado, não poderá ser compreendido. Também analisa a meditação na visão do *Ṛg Veda*, de algumas *Upaniṣads*, do *Bhagavad Gītā*, dos *Yoga Sūtras* e de alguns textos do Hatha Yoga e da Psicologia moderna.

Há inclusive um estudo sobre os vários níveis de *samādhi*, o estado estático de contemplação, a realização máxima do Yoga. Ainda dentro deste princípio, analisa o chamado "poder serpentino", *śakti*, a energia da consciência. *Kuṇḍalinī*, baseada nos ensinamentos dos santo sábio Ramana Maharshi e questiona a imprescindibilidade da "subida" desta energia no processo da iluminação.

A leitura é acessível para os que se iniciam neste caminho e querem ser informados sobre os vários aspectos do Yoga. Altamente recomendável para professores de Yoga que obterão ali um guia para o auto-aperfeiçoamento e compreensão de tópicos a serem utilizados em aula, afim de que o aluno possa, pouco a pouco, vislumbrar a profundeza abissal e as culminâncias do Yoga.

A obra se completa com significativas luzes sobre a verdadeira identidade do ser (quem sou eu?), na visão do Vedānta e do Jnãna Yoga, a noção do vazio (*nirvāṇa*) e a liberação (*mokṣa* ou *kaivalya*), o estado de *jīvan-mukta*.

O glossário final é auxiliar precioso na compreensão dos termos usados na obra.

Sentimos-nos gratificados pelo lançamento desta obra, útil para conhecedores de Yoga, pela grande erudição do autor que nos aponta aspectos inusitados. A leitura é acessível para os que se iniciam neste caminho e querem ser informados sobre os vários aspectos do Yoga.

Altamente recomendável para professores de Yoga que obterão ali um guia para o auto-aperfeiçoamento e compreensão de tópicos a serem utilizados em aula, afim de que o aluno possa, pouco a pouco, vislumbrar a profundeza abissal e as culminâncias do Yoga.

O livro custa R$ 41,40 e pode ser adquirido diretamente pelo website da Editora (www.pensamento-cultrix.com.br).

Maria Helena Wegner é professora de Yoga em Joinville.

mariahelenawegner@yahoo.com.br

Pequeno guia de pronúncia sânscrita

por Pedro Kupfer

O sânscrito consta de quatorze vogais e trinta e seis consoantes, o que o torna um tanto hermético para os não iniciados: as nuanças de pronúncia chegam a ser imperceptíveis aos ouvidos desabituados. Conseqüentemente, muitos dos seus sons são irreproduzíveis em outros idiomas. Não possui acentuação marcada ou forte, mas apenas uma sucessão de sílabas curtas e longas, com inflexões tônicas e musicais. O traço horizontal (macron) sobre a vogal implica alongamento. A pronúncia figurada é dada abaixo, segundo a ordem do alfabeto sânscrito (ou melhor, silabário).

Os termos que aparecem nos artigos dos *Cadernos de Yoga* foram transcritos da sua forma original, conforme a transliteração adotada pela Convenção de Genebra de 1894, a fim se de conseguir a pronúncia figurada mais aproximada possível dos sons sânscritos. A terminação em ***a*** reserva-se exclusivamente às palavras masculinas ou neutras, o final ***i*** ou ***ā*** pode ser tanto masculino quanto feminino ou neutro, enquanto as palavras terminadas em ***ī*** são, na maioria, femininas. Os ***o*** e ***e*** pronunciam-se sempre fechados. As palavras nos artigos que seguem esta convenção estão em itálico, com exceção dos nomes próprios.

Vogais e ditongos:

a	अ	aberta, curta, como em *tatu* (*pūrṇa*);
ā	आ	aberta, longa, como em *arte* (*prāṇa*);
e	ए	fechado, como em *dedo* (*asteya*);
i	इ	curta, como em *idéia* (Śiva);
ī	ई	longa, como em *ali* (*nāḍī*);
o	ओ	fechado, como em *iodo* (*Yoga*);
u	उ	como em *união* (*udāṇa*);
ū	ऊ	longa, como em *açude* (*kūṁbhaka*);
ai	ऐ	ditongo, como em *vai* (*kaivalya*);
au	औ	ditongo, como em *pauta* (*nauli*);
ṛ	ऋ	pronuncia-se como no falar caipira, *porta* (*ṛṣi*).
ṝ	ॠ	pronuncia-se como em *marítimo* (*ṝkāra*);
ḷ (lṛ)	ऌ	como em inglês, *revelry* (*Ḷtaka*);
ḹ (lṝ)	ॡ	como em inglês, *revelry*, mas prolongado (*ḸkāraI*);

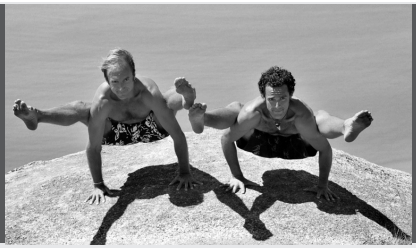
Consoantes:

ka	क	como em *Karina* (*karma*);
kha	ख	aspirada, como em inglês, *broke-heart* (*Sāṁkhya*);
ga	ग	gutural, como em *guirlanda* (*Gītā*);
gha	घ	aspirada, como em inglês, *big-house* (*Gheranda*);
ṅa	ङ	nasalizando a vogal precedente (*aṅga*);
ca	च	pronuncia-se como em *tchê* (*citta*);
cha	छ	também como em *tchê*, mas prolongado (*mūrchā*);
ja	ज	palatal, pronuncia-se como em *Djalma* (*japa*);
jha	झ	palatal, como em inglês, *hedgehog* (*jhalī*);
ña	ञ	unicamente antes ou depois de consoantes palatais, como em *senha* (*jñāna*);
ṭa	ट	com a língua no palato, como em inglês, *true* (*Aṣṭāṅga*);
ṭha	ठ	dental aspirada, como em inglês, *lighthouse* (*haṭha*);

ḍa	ड	com a língua no palato, como em inglês, *drum* (*daṇḍa*);
ḍha	ढ	com a língua no palato, como em inglês, *redhaired* (*Ḍhuṇḍi*);
ṇa	ण	como em inglês, *done* (*prāṇa*);
ta	त	com a língua na raiz dos dentes, como em *terra* (*Tantra*);
tha	थ	com a língua na raiz dos dentes, como em inglês, *foot-hook* (*sthiraṁ*);
da	द	dental, como em *dilúvio* (*dasanāmi*);
dha	ध	dental, como em inglês, *bloodhorse* (*dhāraṇā*);
na	न	dental, como em *nota* (*ānanda*);
pa	प	labial, como em *posto* (*pūraka*);
pha	फ	labial aspirada, como em inglês, *top-half* (*phāla*);
ba	ब	labial, como em *bomba* (*bandha*);
bha	भ	aspirada, como no inglês, *nib-head* (*bhūta*);
ma	म	em início de palavra ou após uma vogal, tem som bilabial, como em *mãe* (mantra); entre consoantes, é nasalizada, como em *também* (*saṁskāra*);
ya	य	é semivogal: pronuncia-se como o *i* em *viola* (*Yoga*);
ra	र	sempre como se estivesse no meio da palavra, como em *vidro* (*rāja*);
la	ल	como em *iluminar* (*kuṇḍalinī*);
va	व	em início de palavra ou após uma vogal, pronuncia-se como em *volta* (*vāsaṇā*); entre consoantes, pronuncia-se igual ao *w* de *narrow*, em inglês (*tattva*);
śa	श	tem o som de *sh*, como em *Sheila* (Śiva);
ṣa	ष	tem o som de *sh*, como em *bush* (Kṛṣṇa);
sa	स	tem o som de *ss*, como em *passo* (*āsana*);
ha	ह	sempre aspirado, como em *happy* (*anāhata*);
z, q, f		são letras e sons que não existem em sânscrito. Têm origem persa e foram assimilados durante a invasão muçulmana. Um exemplo: *faquir*.

Retiro de Yoga Greenpath no Brasil

com Clayton Horton e David Lurey



1 a 9 de Outubro de 2005 | Mariscal | SC

Junte-se a nós num lindo resort de frente para a praia e aprimore sua prática de Yoga.

Programação diária:
Manhã - Pranayama e asana
(Ashtanga Traditional Mysore e Vinyasa Flow).
Noite - Técnica de posturas, filosofia, mantras etc.

mais informações:
www.greenpathyoga.org
www.findbalance.net

Para fazer sua reserva, envie um email para:
info@greenpathyoga.org
david@findbalance.net

Outros workshops em 2005: Setembro 24-25, Buzios | Outubro 9-12, Yoga Sangam | Outubro 15-16, Rio de Janeiro

Onde praticar

Entre em contato para participar desta lista e fazer parte dos Cadernos de Yoga:
anuncios@cadernosdeyoga.com.br
(48) 3025-5481

CEARÁ

Mariana Kayatt
Rua Coronel Linhares, 452 - Meireles
Fortaleza, CE - 60170-240
Fone: (85) 3224-9832 e 9121-1509
mariana@yogamala.org
www.yogamala.org/mariana

Cristiano Bezerra
Rua Tibúrcio Cavalcante, 170 - Meireles
Fortaleza, CE - 60125-100
Fone: (85) 3087-9407 / 9607-7965
cristiano@ekadantayogashala.pro.br
www.ekadantayogashala.pro.br

Camila Pagliuca
Rua Tibúrcio Cavalcante, 170 - Meireles
Fortaleza, CE - 60125-100
Fone: (85) 3248-0606 e 3248-1171
camila@yogavayu.com.br
www.yogavayu.com.br

DISTRITO FEDERAL

Andréa Cerqueira
SCLS 315 bl C Lj 37 - Asa Sul
Brasília, DF - 70000-000
Fone: (61) 443-8174 e 9954-6559
andrea_jungyoga@hotmail.com

GOIÁS

Garuda Espaço de Yoga
Rua C-261, QD.583, LT. 16, n.313.
Setor Nova Suiça
Goiania, GO - 74280-240
Fone: (62) 259-3242
simoneapcosta@brturbo.com.br

MATO GROSSO DO SUL

Aravinda Espaço de Yoga
Rua Candido Mariano, 2202, fundos
Campo Grande - MS - 79002-200
Fone: (67) 384-4395
aravindayoga@hotmail.com

Lazer e Cia Yoga
Rua Euclides da Cunha, 1361 - Santa Fé
Campo Grande, MS - 79021-200
Fone: (67) 326-7140
lazerecia@terra.com.br

MINAS GERAIS

Centro de Yoga Integral - Jai Vida!
Praça do Papa, 225 - Mangabeiras
Belo Horizonte, MG - 30210-310
Fone: (31) 3225-5709
info@yogaintegralbrasil.com
www.jaivida.com

PARANÁ

Gandiva Yoga Ashram
Rua Alberto Folloni, 963 - Centro Cívico
Curitiba, PR - 80540-000
Fone: (41) 352-6844
gandhiva@hotmail.com
www.gandiva.com.br

Espaço UNIPAZ - Yoga
Rua Jacarezinho 363 - Mercês
Curitiba, PR - 80710-150
Fone: (41) 3018-0223
janete@duprat.pro.br
www.unipazparana.org.br

PERNAMBUCO

Isabel Sehbe
Av. Boa Viagem, 6.688, ap. 1301 - Boa Viagem
Recife, PE - 51130-000
Fone/Fax: (81) 3341-6453 e 9974-5976
isabelsehbe@terra.com.br

RIO DE JANEIRO

Academia Hermógenes de Yoga
Rua Uruguaiana, 118, Cobertura - Centro
Rio de Janeiro, RJ - 20050-092
Fone/Fax: (21) 2224-9189
achyoga@unisys.com.br
www.profhermogenes.com.br

Studio Surya de Yoga
Rua das Laranjeiras, 61 - Laranjeiras
Rio de Janeiro, RJ - 22240-000
Fone: (21) 2558-7054 e 8111-5690
devasant@uol.com.br
www.oyoga.com.br/vasant

Ananda Surya Centro de Yoga
Av. Alfredo Baltazar da Silveira, 1875 sl 207
Recreio dos Bandeirantes
Rio de Janeiro, RJ - 22795-000
Fone: (21) 2487-3758 e 9764-7382
anandasurya@terra.com.br

Nirvana
Praça Santos Dumont, 31 - Jockey Club
Entrada tribuna C - Gávea
Rio de Janeiro, RJ - 22470-060
Fone: (21) 2187-0100
nirvana@enirvana.com.br
www.enirvana.com.br

VidyaMandir - Centro de estudos de Vedanta e Sânscrito
Av. N. S. de Copacabana, 728, sala 403
Rio de Janeiro, RJ - 22060-000
Fone: (21) 2549-3596
contato@vidyamandir.org.br
www.vidyamandir.org.br

Shiva Shankara Centro de Yoga
Rua Farme de Amoedo 76/401 - Ipanema
Rio de Janeiro, RJ - 22420-020
Fone/Fax: (21) 228-78187
shiva@shivashankara.com.br
www.shivashankara.com.br

RIO GRANDE DO SUL

Studio Yoga Shanti
Av. Wenceslau Escobar, 1100 / 208 - Tristeza
Porto Alegre, RS - 91900-000
Fone: (51) 8142-2977 e 3018-1068
contato@yogashanti.com.br
www.yogashanti.com.br

SANTA CATARINA

Yoga Spanda - Escola de Yoga
Rua 700, nº 255, 1º andar
Balneário Camboriú, SC - 88330-000
Fone: (47) 363-2164
yogaspanda@yahoo.com.br
www.yogaspanda.com.br

Yogashala
Travessa Stodiek 44 - Centro
Florianópolis, SC - 88015-470
Fone/Fax: (48) 222-5534
yogashala@devi.com.br
www.yogashala.com.br

Govinda Centro de Yoga e Bem Estar
Rua Amazonas, 981
Blumenau, SC - 89020-001
Fone: (47) 3035-1372
contato@govinda.pro.br
www.govinda.pro.br

Anahata Espaço de Yoga
Rua 274, 590 - Meia Praia
Itapema, SC - 88220-000
Fone: (47) 368-3495 e 9909-6971
acfeltrim@terra.com.br

Casa de Yoga Shanti Om
Rua Eugênio Moreira, 114
Joinville, SC - 89202-100
Fone: (47) 433-3706 e 455 0374
laurapacker@terra.com.br
www.casadeyogashantiom.com.br

Ultravox Yoga Studio
Rua Dom Jaime Camara,136
Rua São Jose, 466 - fundos Bem Morar
Criciúma, SC - 88801-540
Fone: (48) 9931-9663 e 437-1984
valtberg@hotmail.com

SÃO PAULO

Yoga Ananda - centro de estudos
Rua Voluntários da Pátria, 3314 - Santana
São Paulo, SP - 02401-300
Fone: (11) 6977-6138
cristinayoga@uol.com.br

Ashtanga Yoga Estúdio
Rua Ministro Godoi, 725, sobre-loja
São Paulo, SP - 05015-000
Fone: (11) 3868-4465
estudio@yogasp.com.br
www.yogasp.com.br

Aruna Power Yoga
Rua Mário Amaral, 255 - Paraíso
São Paulo, SP - 04002-021
Fone: (11) 3051-7233
info@yogasite.com.br
www.yogasite.com.br

Marcela Jamacaru
Rua Sebastião Romão Cesar, 658
Hotel Pousada Tambayba - Maresias
São Sebastião, SP- 11600-000
Fone: (12) 9729-0179
marcelamaresias@hotmail.com

Instituto de Yoga Clássico de Campinas
Rua Paulo Justi, 53 - Jd. Chapadão
Campinas, SP - 13073-190
Fone: (19) 3241-8543
contato@yogaclassicocampinas.com.br
www.yogaclassicocampinas.com.br

Shantivanam
Rua Celso W. de Magalhães, 169
Cidade Universitária
Campinas, SP - 13083-170
Fone: (19) 3287-4762
shanti-devi@ibest.com.br

ESCOLA
YOGA
DHAM
IYENGAR YOGA

www.yogadham.com.br

Curso de Formação

Em

Iyengar Yoga

Coordenação:
Sandro Malburg Bosco

Matrículas Abertas.

Informações:

11 3875-1079

yogadham@yogadham.com.br

Escola Yoga Dham
Perdizes - São Paulo - SP
11 3875-1079 - 11 3864-7534

www.cadernos de yoga.com.br

Acesse o site dos *Cadernos de Yoga* e confira as informações sobre o projeto, o conteúdo das edições passadas e tenha acesso à material extra de artigos publicados. Acesse agora.

Formação Profissional

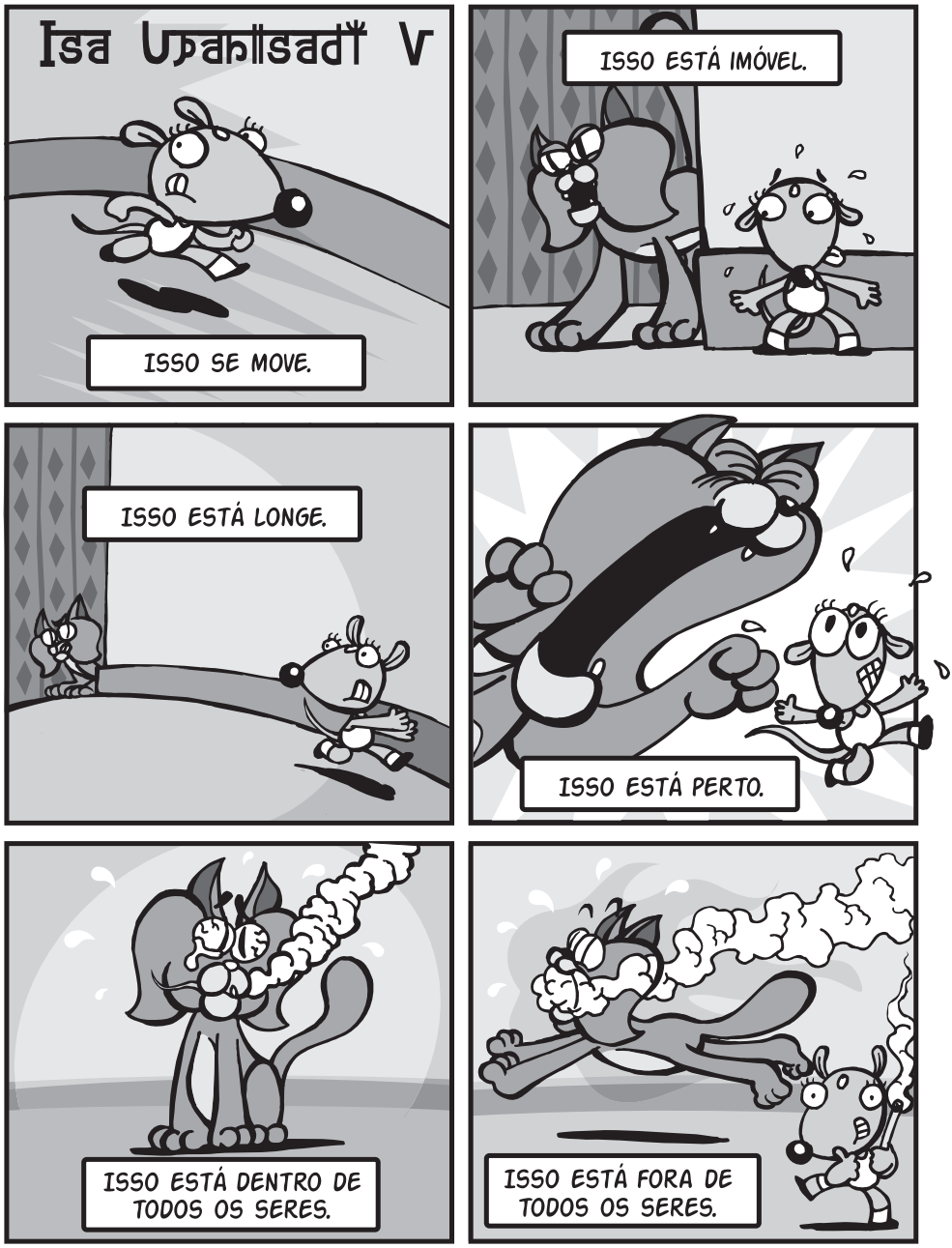
Esse curso conta com estágio prático
de 441 horas, no Govinda Centro de Yoga.
O Centro fica em Blumenau, Santa Catarina.

GOVINDA
CENTRO DE YOGA E MASSOTERAPIA

www.govinda.pro.br - Tel.: 47 3035-1372

Rata-Yoga

JORGE PENNY + RENATO CARVALHO © 2004



A Raidho Turismo

leva você à lugares mágicos,
conhecendo culturas milenares,
visando o enriquecimento interior

- **Viagens individuais**
- **Viagens em Grupo**
- **Viagens com acompanhamento de instrutor de Yoga**

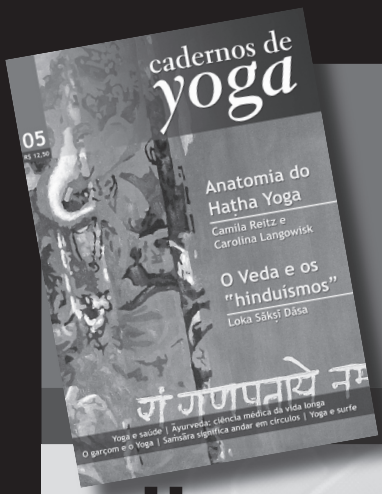
India, Nepal, Tibet
Tailândia, Perú, Vietnan
Camboja, Japão, China
México, Europa, Africa e
outros destinos

Programa-se
Reserve já sua viagem
e obtenha promoções
especiais

RAIDHO
TURISMO

SP (11) 3704-3111
www.raidho.com.br
atendimento@raidho.com.br

Ashtanga Yoga
Estúdio
Próximos Eventos:
Retiro de Primavera em Ubatuba
02 à 07 de setembro
Retiro de Reveillon na Chapada Diamantina
27/12 à 06/01
Curso Intensivo em Sampa
15 à 24 de Janeiro
Em meio a cidade há natureza
www.yogasp.com.br



cadernos de *yoga*

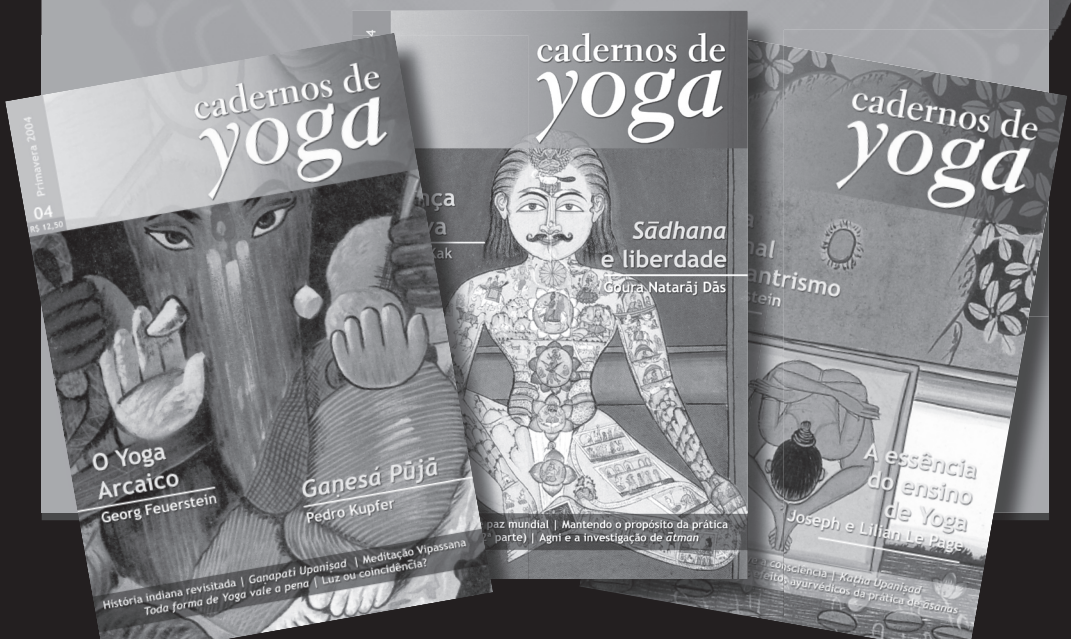
www.cadernosdeyoga.com.br

Uma publicação feita para ampliar sua visão do Yoga

Um periódico de Yoga, uma ferramenta para o estudo. Feito por yogui, para yogui. Participe deste projeto que visa a estimular e facilitar a prática por meio de textos e informações dentro da tradição do Yoga.

Asanas, mantras, trabalhos de Karma Yoga, āforismos de Patañjali, traduções de textos clássicos, artigos e ensaios, Vedanta, Ayurveda, dicas, resenhas de livros, sânscrito, lista de escolas no Brasil, eventos e muito mais.

Entre em contato: (48) 3025-5481 | contato@cadernosdeyoga.com.br



cadernos de *yoga*

Faça sua assinatura! É fácil.

Você terá o conforto de receber todas as edições em casa, ganhar encartes exclusivos e, ainda, economizar.

Assinatura por um ano (4 edições)	
Preço de capa	R$ 12,50
4 edições	R$ 50,00
Preço da assinatura	**R$ 44,00**
(à vista, ou 2 x R$ 23,00 para 30 e 60 dias)	
Desconto	**R$ 12%**

Assinatura por dois anos (8 edições)	
Preço de capa	R$ 12,50
8 edições	R$ 100,00
Preço da assinatura	**R$ 84,00**
(à vista, ou 3 x R$ 30,00 para 30, 60 e 90 dias)	
Desconto	**R$ 16%**

Não perca esta oportunidade. Garanta já seus exemplares!

É facil: apenas mande os cheques* e a ficha abaixo preenchida. Se preferir, você pode fazer um depósito no valor à vista e mandar o comprovante e os seus dados por email (contato@cadernosdeyoga.com.br).

Dados para depósito:
Comunidade do Saber ltda.
Bradesco
Ag.: 0348-4 | C.C.: 131135-2

* Pré-datados, cruzados, nominais a editora Comunidade do Saber e enviados por carta registrada

cadernos de *yoga* Editora Comunidade do Saber - CX 5184 - 88040-970 - Florianópolis - SC

Promoção válida até a edição 8 entrar em ciculação

Preencha com os seus dados

Nome completo:_____

Endereço:_____

Bairro:_____ Cidade:_____

CEP:_____ Estado:_____ Telefone: (_____) _____

E-mail: _____ CPF: _____

Escolha as edições que você deseja receber:

☐1 ☐2 ☐3 ☐4 ☐5 ☐6 ☐7 ☐8 ☐9 ☐10 ☐11 ☐12 ☐13 ☐14 ☐15